



သွေးဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် ရန်ကုန်



နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၀၄





သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်

တပျက်နာပြင်ဆင်ဖွဲ့စည်းမှု
အေးအေးငြိမ်း၊ တင်ဇာထွန်း
Echo Media
တစ်တပြု
Shunn Lei
Desktop Publishing
ပျက်နာဖုံးဒီဇိုင်း
အံ့ဘွယ်လင်
ပျက်နာဖုံးခွင့်ပြုချက်အပုတ်
၅၃၀၀၀၇၅၀၀(၁၄-၁-၂၀၀၅)
တမူခွင့်ပြုချက်အပုတ်
၅၃၀၀၀၇၅၀၀(၁၄-၁-၂၀၀၅)
ကမ္ဘာခွဲ
sunn scangraphics
ထုတ်ဝေသူ
ပါမောက္ခ
ဒေါက်တာဦးသိန်းကြူ
သွားဘက်ဆိုင်ရာ
ဆေးတက္ကသိုလ်(ရန်ကုန်)
ပုံနှိပ်သူ
ဦးတိုးဝင်း၊
နေလှောင်ပုံနှိပ်တိုက်
အုပ်ချုပ် ၂၀၀၀
တန်ဖိုး () ကျပ်
တအုပ်ချုပ် လျှို့ဝှက်

ကတိသစ္စာ
သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်
(ရန်ကုန်) အဓိဌာန်ပြု ကတိသစ္စာ။

ဥယျောဇဉ်
ပါမောက္ခချုပ် ပါမောက္ခ
ဒေါက်တာ ဦးဘမြင့်

မှတ်တမ်း
ပညာရေးအဖွဲ့ မှတ်တမ်းဓာတ်ပုံများ ၇။
မြန်မာ့သွားဘက်ဆိုင်ရာ ၃၄။
ဆေးပညာ၏ မီးရှူးတန်ဆောင်
ဆရာကြီး ပါမောက္ခချုပ် ပါမောက္ခ
ဒေါက်တာ ဦးအောင်သန်း
မဂ္ဂဇင်း ကော်မတီ ၄၈။
ဖွဲ့စည်းပုံနှင့် ဓာတ်ပုံများ
ရုပ်ပုံလွှာများ ၅၃။
သတင်းစာများကပြောသော သမိုင်း ၆၄။
နိုင်ငံသားကောင်း သွားဆရာဝန်လောင်း ၉၇။
တို့နှင့် ဘွဲ့လွန်ဆေးပညာရှင်တို့၏
သင်ကြားရေး မှတ်တမ်း
မွေခံထိုက်စေ ၁၅၄။
သွားတုပညာ ကျွမ်းကျင်မှု ၁၆၆။
သင်တန်းကျောင်း
သွားကျန်းမာရေး ဆရာမ ၁၆၇။
သင်တန်းကျောင်း
စကား
အာစရိယတို့၏ အမှာစကား ၃၇။
နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ကော်မတီ ၄၅။
ဥက္ကဋ္ဌ၏ အမှာစကား

အစီရင်ခံချက်

၄၆။ နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ
အတွင်းရေးမှူး၏ အစီရင်ခံစာ
၄၇။ နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ တွဲဖက်
အတွင်းရေးမှူး၏ အစီရင်ခံစာ

ဓာတ်ပုံမှတ်တမ်း

၇၁။ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း
လှုပ်ရှားမှု မှတ်တမ်း
၇၆။ ဘဝထဲက အလှ
၇၈။ စာပေနှင့် အနုပညာ
၈၂။ အားကစား လှုပ်ရှားမှု
၁၁၂။ အနှစ် (၄၀) မှ ဓာတ်ပုံများ

တွေ့ဆုံခြင်း

၁၄၂။ ကျွမ်းကျင်ဆရာ ပညာမှ

ကျန်းမာရေးအမြင်

၁၆၀။ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေး
အတွက် ပြည်သူချစ်သော
အနုပညာရှင်များ၏ အမြင်

ကဗျာ

၇၀။ ချစ်သူနှင့် မာန
၈၇။ ပြောင်းလဲခြင်းများစွာ
၉၁။ ကျောင်းသား
၉၅။ အို...အမေ
၉၆။ ဆန္ဒ
၁၀၅။ သို့...အလွမ်းများ
၁၃၄။ အမေများသို့
၁၇၇။ အလှေအကျင့်
၁၈၃။ အဖြူရောင် သူငယ်ချင်းသို့
၂၀၁။ သိစေချင်တယ်



အဖွင့်ကဗျာ		သုတရသဆောင်းပါး		စောင့်ဆိုင်းခြင်း	၂၂၈။
သမားမိဌာန်	၂၆။	၈၄။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာ		အတတ်ပညာ	
ဇွဲ	၂၇။	အကြောင်း တစေ့တစောင်း		ပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေး	၂၃၆။
အမေသို့ တမ်းတခြင်း	၂၈။	၈၈။ ကဘော်ချိုင့်ဝှမ်းသို့		အကြောင်း သိကောင်းစရာ	
ပန်းပျိုးသူ၏ ဆန္ဒမွန်	၂၉။	ခရီးတစ်ခေါက်			
Love of dental student	၃၀။	၉၂။ ရွှေရတုမှသည်		ဝတ္ထုတို	
ချစ်သူဝတ်ရုံ	၃၁။	ရွှေရတုဆီသို့		မျဉ်းပြိုင်	၁၇၄။
ကောင်းကင်မဲ့ပန်းချီ	၃၂။	၁၀၂။ တမ်းတဖွယ်ရာ		ဒုတိယလူ	၁၇၈။
တံလျှပ်များ	၃၃။	တက္ကသိုလ်ပုံရိပ်များ		ကျွန်တော်၏သူမ	၁၈၄။
		၁၀၆။ ပျော်ခဲ့ရ ချင်ခဲ့ရ		အတ္တရဲ့အရိပ်	၁၈၉။
		'သွားကျောင်းသား'ဘဝ			
ကာတွန်း		၁၁၀။ ရေစီးကောင်းသော			
မောင်ဝတ္ထု	၅၇။	သမိုင်းကြောင်း		မြန်မာပြန်	
ငွေကြည်	၅၈။	၁၁၆။ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်		အတွေးကပ်ပြား	၁၉၆။
တင်အောင်နီ	၅၉။	သမီးရယ်		အသက်	၂၀၂။
သစ်ထွက်	၆၀။	၁၃၂။ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏		မကယ်လိုက်ရသော	
မြေဇာ	၆၁။	သွားဒေသနာတော်		ဆရာဝန်	
မောင်မောင်	၆၂။	၁၄၀။ ဗုဒ္ဓသာသနာ ထွန်းကားရာ		ဘဝကို	၂၀၄။
မောင်ထွန်းလင်းအောင်	၆၃။	သွားဘက်ဆိုင်ရာ		အလှဆင်ကြသူများ	
ဝန်းဖန်း	၁၂၆။	ဆေးတက္ကသိုလ်		အံ့ဩဖွယ်ရာ	၂၀၈။
ချဉ်ဖတ်	၁၂၇။	၂၁၂။ သွားပွတ်တံ ကိုင်တွယ်		အပ်စိုက်ပညာ	
ဇွန်ပန်း	၁၂၈။	အသုံးပြုခြင်း		ခန္ဓာကိုယ်မှ	၂၃၁။
ဇွန်ပန်း	၁၂၉။	၂၁၄။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ		လျှပ်စစ်ဓာတ်	
အဖြူ	၁၃၀။	ဆေးတက္ကသိုလ် ရန်ကုန်နှင့်		စေ့ဆော်မှု	
ဝန်းဖန်း	၁၃၁။	ကာကွယ် လူမှုဆေးပညာ			
		၂၁၆။ ပဋိဇီဝဆေးဝါးများ အစွမ်း			
ဟာသ		ထက်မြက် အာနိသင်ရှိရေး			
သင်ပုန်းကြီး	၆၇။	၂၂၂။ ရောစပ်ထားသော		ဝတ္ထုရှည်	
ဟာသစာမျက်နှာ	၁၂၄။	ကျဆုံးခြင်းအကြောင်း		နမ်းရှိုက်မိသော	၂၃၈။
ဟာသစာမျက်နှာ	၁၃၅။	၂၃၂။ သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေး		ကျိန်စာတစ်ပုဒ်	
သွားပိုးစားနေပါသလား	၁၆၈။	မိမိကိုယ်တိုင် စစ်ဆေး		နွယ်တစ်မျှင်	၂၄၈။
ဒန္တသုခ	၁၇၀။	သန့်ရှင်းပေး		နှောင်တွယ်ငင်သည်ကြောင့်	
ဟာသစာမျက်နှာ	၂၁၁။				



English Section Contents

258	Percepts of Life
259	After the first candles were kindled
260	Your acid Tong
	What's your destiny?
261	Oral Health for Healthy Life
262	The role of Medical Professionals in prevention of spread of HIV infection with respects to Oral Manifestations (a case report)
264	Reflections of First-time Professors
267	Our Graduates
270	A Gift
274	Ultrasound in Dentistry
276	Though it was second choice
279	My idea of a good teacher
280	Halitosis (Bad Breath)
286	Good prescribing practice
289	Recollections of A Dental student
290	Tears of Happiness
293	Digging the G Love story of Johns Hopkins
296	Clove
298	Do as you would be done by Ethics?
300	Crossword Puzzle



နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း (၂၀၀၄) ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက်
လိုအပ်သော ရန်ပုံငွေများ
ပါဝင်ကူညီဆောင်ရွက်ပေးကြသူများအား လှိုက်လှဲစွာ
ကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း မှတ်တမ်းတင်ဖော်ပြအပ်ပါသည်

1. UNITED PHARMA (YANGON) CO., LTD.
2. T CARE DENTAL CLINIC
3. Dr. Swe Swe Win (ဌာနမှူး၊ မေးရိုးနှင့်ခံတွင်းဆေးပညာဌာန)
4. Sein Gay Har International Shopping Centre
5. CIPLA (VIMAL CO., LTD.)
6. Dr. Thant Sin
7. Dr. Khin Ko Latt (Hla Ba Yin Furniture Mart)
8. LASER Toothpaste
9. U Kyaw Pe ('ကျော်မေ' ပလာစတာနှင့် သွားပစ္စည်းရောင်းဝယ်ရေး)
10. UNITY HOTEL (Mandalay)
11. ROYAL RUBY CO., LTD.
12. Dr. Sein Shwe
13. Dr. Aung Kyaw Htoo
14. Dr. Thein Tun Oo
15. Dr. Khin Sandar Htun
16. Dr. Su Yin Htun
17. Dr. Khin Zaw
18. Dr. Kyu Kyu Aye
19. Dr. Tin Maung Tun & Dr. Khin Thida Win

နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ(၂၀၀၄)

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန် အဓိဋ္ဌာန်ပြု ကတိသစ္စာ

ကမ္ဘာတလွှား ကျော်ကြားထင်ရှားခဲ့သော သမားဟူးရူးကြီးများအား သက်သေထား၍ အကျွန်ုပ်
သည် ဤအဓိဋ္ဌာန်ပြု ကတိသစ္စာကို ရွတ်ဆိုသစ္စာပြုပါအံ့။

- (၁) အကျွန်ုပ်သည် လူသားအားလုံးတို့၏ ကိုယ်၏ကျန်းမာရေး စိတ်၏ချမ်းသာရေးကို အကျွန်ုပ်၏ အရေးကဲ့သို့ ယူဆပါအံ့။
- (၂) အကျွန်ုပ်အား သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာ သင်ကြားပေးခဲ့သော ဆရာသမားများအား မိဘသဖွယ် ကိုးကွယ်ပါအံ့။
- (၃) အကျွန်ုပ်သည် ဆေးဆရာများ၏ ဂုဏ်သိက္ခာကို ထိန်းသိမ်းပြီး အကျင့်စာရိတ္တ ပျက်ပြားမှုမှ ရှောင်ကြဉ်ပါအံ့။
- (၄) အကျွန်ုပ်သည် ဂီလာနုပုဂ္ဂိုလ်များအား အမြဲတစေ စွမ်းစွမ်းတမံ စောင့်ရှောက် ကုသ ပါအံ့။
- (၅) အကျွန်ုပ်သည် လူသားတို့အား ဘေးဥပါဒ်ဖြစ်စေမည့်ဆေး၊ သေစေတတ်သည့် ဆေးများကို ကိုယ်တိုင်ပေးခြင်းမှလည်းကောင်း၊ သူတစ်ပါးအားလည်း ပေးစေခြင်း မှလည်းကောင်း အခါခပ်သိမ်း ရှောင်ကြဉ်ပါအံ့။
- (၆) အကျွန်ုပ်သည် ဂီလာနုပုဂ္ဂိုလ်များအားကုသစဉ် တွေ့မြင်ကြားသိရသည့် အတွင်းရေး ကိစ္စအဝဝကို ဖွင့်ဆိုအပ်သည်တို့မှလွဲ၍ မည်သည့်အခါတွင်မဆို ဖွင့်ဟခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါအံ့။
- (၇) အကျွန်ုပ်သည် တရားမဝင်သော ခွဲစိတ်ကုသခြင်းတို့မှ အမြဲတစေ ရှောင်ကြဉ်ပါအံ့။
- (၈) ယခု ကတိသစ္စာပြုသည့်အတိုင်းဆောင်ရွက်ပါသော် အကျွန်ုပ်သည် ကောင်းကျိုး မင်္ဂလာအဖြာဖြာနှင့် ပြည့်စုံပါစေသား။

ပါမောက္ခချုပ် ဥပယျာဇဉ်



သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်(ရန်ကုန်) ပေါ်ထွန်းလာသည်မှာ နှစ်လေးဆယ် (ပတ္တမြားရတု) အချိန်အခါသမယသို့ပင် ရောက်ရှိလာခဲ့ပေပြီ။ ဤပတ္တမြားရတုအချိန်ခါနှင့် တိုက်ဆိုင်စွာ ဤနှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းကြီးကို သုတရသစာပေ ဗဟုသုတကဏ္ဍစုံလင်စွာဖြင့် အောင်မြင်စွာ ထုတ်ဝေနိုင်သည်မှာ လွန်စွာဝမ်းမြောက်ဂုဏ်ယူဘွယ် ဖြစ်ပါသည်။ ဤမဂ္ဂဇင်းကြီး အောင်မြင်စွာ ပေါ်ထွန်းလာစေရန် အဖက်ဖက်မှ ဝိုင်းဝန်းကြသည့် ဆရာ/ဆရာမ၊ ကျောင်းသား/ကျောင်းသူ ဝန်ထမ်းများအားလုံးကို အထူးပင် ကျေးဇူးဥပကာရတင်ရှိပါကြောင်း ပြောကြားလိုက်ပါသည်။

‘စာအုပ်စာပေ လူမိတ်ဆွေ’၊ ‘အလိမ္မာ စာမှာရှိ’၊ ‘စာပေမြင့်မှ လူမျိုးတင့်သည်’ ဆိုသည့် စကားရပ်များသည် စာပေ၏အကျိုးကျေးဇူးကြီးမားပုံကို ထင်ဟပ်စေသည့် စကားရပ်များပင် ဖြစ်ပေသည်။

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာရှင်များသည် ခေတ်နှင့်အညီ တိုးတက်ထွန်းကားနေသည့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာများကို လေ့လာဆည်းပူးပြီး သွားဆရာဝန်ကောင်းများဖြစ်ရုံမျှမကဘဲ အမျိုးဂုဏ်၊ ဇာတိဂုဏ်မြင့်မားရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအမွေအနှစ်များ၊ အမျိုးသားရေးလက္ခဏာများ မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေးစသည့်ကဏ္ဍများတွင် တစ်တပ်တစ်အားအဖြစ် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ကြရမည် ဖြစ်ပေသည်။

ယနေ့ခေတ်လူငယ်များသည် နောင်တစ်ချိန်တွင် နိုင်ငံတော်မှ အားထားရမည့် လူတော် လူကောင်းများဖြစ်ရန် အစွမ်းကုန် ကြိုးစားကြရမည့်သူများ ဖြစ်ပေသည်။ လူငယ်များအနေဖြင့် ကာယ၊ ဉာဏ၊ ဘောဂ၊ မိတ္တူ၊ စာရိတ္တ၊ ဗလတည်းဟူသော ဗလငါးတန်နှင့် ပြည့်စုံရန် အထူးအရေးကြီးလှပေသည်။

ဤတက္ကသိုလ်ကြီးမှ ကျောင်းသူကျောင်းသားများသည် မိမိတို့ သင်ယူရမည့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာကို ကောင်းစွာသင်ယူကြပြီး ဘဝခရီးလမ်းကို လျှောက်လှမ်းသည့် အချိန်တွင် ‘ပညာပြည့်ဝ နှလုံးလှ’သည့် ‘လူရည်ချွန်’၊ ‘လူရည်မွန်’များဖြစ်ကြပါစေ၊ တိုင်းပြည်နှင့်လူမျိုး အကျိုး၊ မိဘဆွေမျိုး အကျိုး ထိုအကျိုးစီးပွားများ တိုးတက်လာစေရန် စွမ်းစွမ်းတမံ ဆောင်ရွက်နိုင်ကြပါစေဟု ဆုမွန်ကောင်းတောင်းလိုက်ပါသည်။

ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးဘမြင့်
ပါမောက္ခချုပ်
သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်။



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးဘမြင့်

B.D.S. (Ph.), Ph.D. (Japan), F.I.C.D.

ပါမောက္ခချုပ်၊

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်။

၂၀၁၄ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်သည့်မဂ္ဂဇင်း ၇

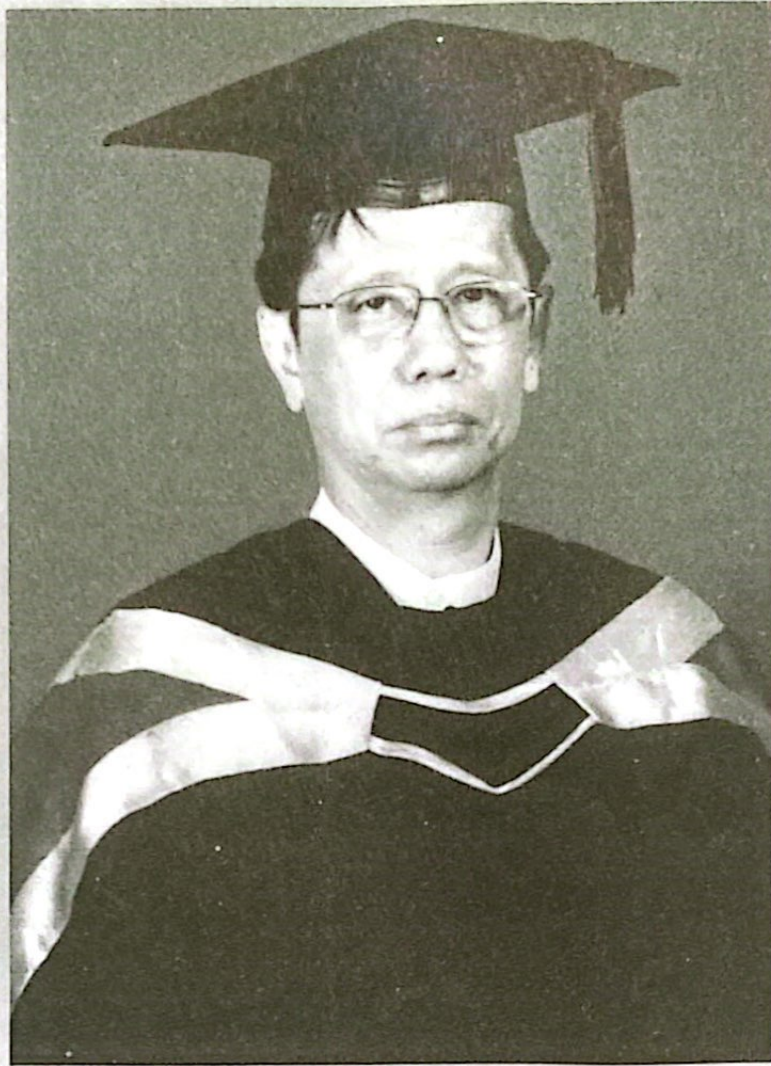


ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးကိုကိုမောင်

B.D.S (Ygn), M.D.Sc. (Ygn), D.A.

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး၊ မေးရိုးနှင့် ခံတွင်းခွဲစိတ်ကုပညာဌာန၊

၈ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ မှီလည်မြို့နယ်၊ ၂၀၀၄



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးပွင့်ဖူး

B.D.S. (Ygn), M.Sc. (Manch.), F.L.C.D., F.L.C.C.D.E.

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး၊ သွားရောဂါကုဆေးပညာဌာန။

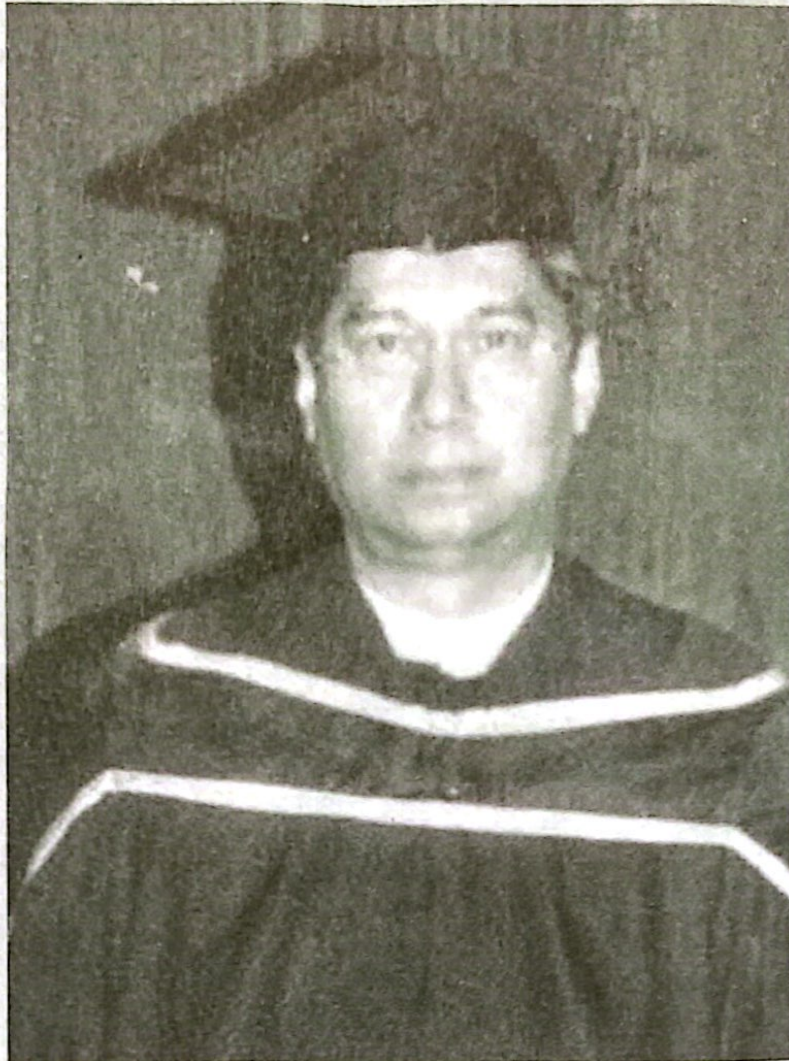


ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးသိန်းထွဋ်

B.D.S. (Ygn), M.Sc. (Manch.), F.I.C.D.

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး၊ သွားကျန်းမာရေးပညာဌာန။

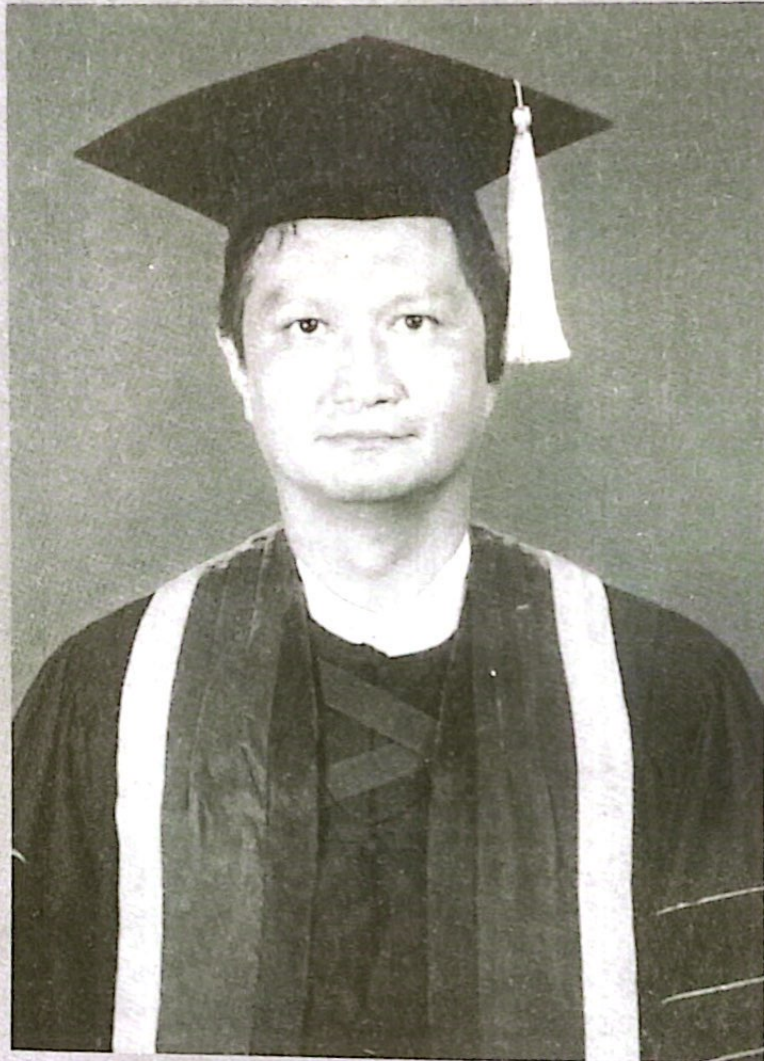
၁၀ သွားတက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၀၄



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးမျိုးဝင်း

B.D.S. (Ygn), M.D.Sc. (London), M.Phil. (London).

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး၊ ကလေးသွားကျန်းမာရေးနှင့် သွားညှိကုပညာဌာန။



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးသိန်းကြူ။

B.D.S. (Ygn), M.D.Sc. (Ygn), F.I.C.D.
Cert. in advanced Prosthodontics & Geriatric
Dentistry (Tokyo).

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး၊ သွားတုဆေးပညာဌာန။

၁၂ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်စဉ်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၀၄



ဒေါက်တာ ဒေါ်ဆွေဆွေဝင်း

B.D.S. (Ygn), M.D.Sc. (Ygn), F.I.C.D.

Cert. in Molecular Pathlogy (Tokyo).

ဘွဲ့လွန်ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ မေးရိုးနှင့် ခံတွင်းဆေးပညာဌာန။

၂၀၁၄ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးဘာသာရပ်မှ နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ၃၇



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးကြည်စိုး

M.B.,B.S., F.R.C.S (Edin)

MLSS.FLC.C.D. (USA)

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး၊ ဒွဲစိတ်ကုပညာဌာန၊ ဆေးတက္ကသိုလ် (၂) ရန်ကုန်။

၁၄ သွေးတက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် မှီလည်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၀၄



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဒေါ်ခင်မေအုန်း

M.B.,B.S. (Ygn), M.Med.Sc. (Medicine),
M.R.C.P. (UK), Dr. Med. Sc. (Int. Med.)

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး၊ ဆေးပညာဌာန၊ ဆေးတက္ကသိုလ် (၂) ရန်ကုန်။



ဒေါက်တာ ဒေါ်ဝင်းဝင်းမြင့်

M.B.,B.S., M.Med.Sc. (Int.Med.),

Dr. Med.Sc. (Gen. Med.)

တွဲဘက်ပါမောက္ခ၊ ဆေးပညာဌာန၊

ဆေးတက္ကသိုလ် (၂)၊ ရန်ကုန်

ဒေါက်တာ ဦးသန်းလွင်

M.B.,B.S., M.Med.Sc. (Surg),

M.R.C.S. (Ed)

ကထိက/ခွဲစိတ်အထူးကုဆရာဝန်ကြီး၊

ဆေးတက္ကသိုလ် (၂)၊ ရန်ကုန်။



ဒေါက်တာ ဦးမောင်မောင်ကြီး

M.B.,B.S.,

Dip.Med.Sc (Hosp. Admin.)

ဆေးရုံအုပ်ကြီး၊ စံပြဆေးရုံ၊ သယံဇာတကျွန်း။



ဒေါက်တာ ဒေါ်အေးကြည်ကြည်

M.B.,B.S., M.Med.Sc. (P & TM),

M.A. (Popⁿ & RH)

ကထိက၊ ဌာနမှူး။

ကာကွယ်ရေးနှင့် လူမှုဆေးပညာဌာန။



၂၀၀၄ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးဘာကြွသိုလ် နှစ်လည်ပွဲဝင်း ၁၇



ဒေါက်တာ ဦးစိန်မြင့်
M.B., B.S. (Ygn), D.Path (Ygn).
ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ ရောဂါဗေဒဌာန။



ဒေါက်တာ ဒေါ်မေဆည်
M.B., B.S., D.Bact, D.T.M. (Japan),
M.Med.Sc. (Microbiology).
ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ အဏုဇီဝဗေဒဌာန။

၁၈ ဝိဇ္ဇာဘက်စိုက်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်သစ်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၁၄



ဒေါက်တာ ဒေါ်ဝင်းဝင်းမေ

M.B.,B.S.,

M.Med.Sc. (Pharmacology).

ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ ဆေးဝါးဗေဒဌာန။

ဒေါက်တာ ဒေါ်နွယ်နွယ်အောင်

B.D.S. (Ygn), M.D.Sc. (Ygn)

ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ ခံတွင်းဗေဒသိပ္ပံဝညာဌာန။



၂၀၁၄ သုတေသနဆိုင်ရာဆောင်ရွက်ရန် နှစ်ထည်မဂ္ဂဇင်း ၇၉



ဒေါက်တာ ဒေါ်စိုးစိုးပိုင်

M.B., B.S., M.Med.Sc. (Anatomy).

ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ ခန္ဓာဗေဒဌာန။

ဒေါက်တာ ဒေါ်အေးအေးသိန်း

M.B., B.S., M.Med.Sc. (Physiology).

ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ ဇီဝကမ္မဗေဒဌာန။





ဒေါက်တာ ဒေါ်အိအိဝင်း
M.B.,B.S., M.Med.Sc. (Biochemistry).
ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ ဇီဝဓာတုဗေဒဌာန။



ဒေါ်ခင်ဥမ္မာရီ
M.Sc. (Chemistry).
ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ ဓာတုဗေဒဌာန။



ဒေါ်အေးအေးကြည်လှ

M.Sc. (Botany).

ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ ရုက္ခဗေဒဌာန။



ဒေါ်လှလှဝင်း

M.Sc. (Physics).

ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ ရူပဗေဒဌာန။

ဒေါ်ဝင်းဝင်းမြင့်

M.Sc. (Zoology).

ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ သတ္တဗေဒဌာန။



ဒေါ်တင်တင်ထွေး

M.Sc. (Maths).

ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ သင်္ချာဌာန။



၂၀၀၄ သုတေသနဆိုင်ရာဆောင်ရွက်သည့် နှစ်သည်အတွက် ၂၀



ဒေါ်ခင်ခင်ဆွေ

B.A. (Eng.) (Hons.), M.A. Part I

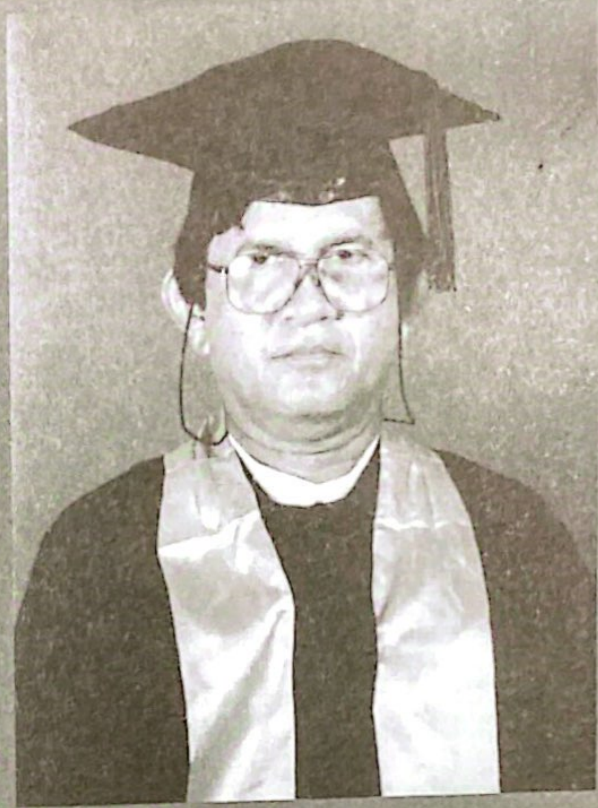
ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ အင်္ဂလိပ်စာဌာန။

ဒေါ်ခိုင်ယဉ်ဝင်း

B.A. (Hons.) M.A. (Myanmar).

ကထိက၊ ဌာနမှူး၊ မြန်မာစာဌာန။





ဦးကျော်လှ
B.A. (History).
မော်ကွန်းထိန်း



ဒေါ်ကြည်ကြည်မင်း
B.Sc. (Hons.), M.Sc. (Physics).
လက်ထောက်မော်ကွန်းထိန်း။



သမားမိဌာန်

စိန်

သွား/ဆေးတက္ကသိုလ်

သမားကျင့်မြတ်၊ ဆေးအတတ်ဖြင့်
စိတ်ဓာတ်သမ္မာ၊ ဖြူစင်စွာဖြင့်
သင့်ကျန်းမာရေး၊ ကာကွယ်ပေးရန်
ရှေးဦးစကန်၊ ငါမိဌာန်၏။

သိပ္ပစွမ်းအား၊ လွန်ထွန်းကားချိန်
ဆန်းပြားရောဂါ၊ ကုထုံးရှာရင်း
ဆုံးခါမရှိ၊ ဆေးအသိတွက်
ဆက်လက်ဆည်းပူး၊ အထူးတတ်မြောက်
ထွန်းပေါက်သမား၊ ဂုဏ်ရည်ကြွားလျက်
မာနမတက်၊ လူ့အသက်ကို
နေ့ချီညအို၊ မဆိုစတမ်း
တတ်ကျွမ်းသမှု၊ ကြိုးစားကုမည်
ကျိုးပြုကေန်၊ ငါမိဌာန်၏။

ကူပါ ကယ်ပါ၊ တောင်းဆိုလာသူ
လူနာဟူကြ၊ ဂီလာနုမှ
များလှသပြာ၊ ရှာရန်မလွယ်
တာတွယ်ကြင်နာ၊ ဤလူရွာမှာ
ချမ်းသာဆင်းရဲ မတူကွဲလည်း
မခွဲခြားလို
သနားလိုမိတ်၊ စာနာစိတ်ဖြင့်
အသင့်ကုရန်၊ ငါမိဌာန်၏။

လူဖြစ်လာရ၊ ဤဘဝဝယ်
တောမှတောသား၊ မခွဲခြားလို
မြို့နားကပ်ရပ်၊ မနေအပ်မို့
ကွက်လပ်ဖြည့်ရန်၊ ကျတာဝန်ကို
ကျေပွန်စေခြား၊ သွေးရင်းသားတို့
ကိုးစားအားထား၊ ပြည့်စုံသွားအောင်
ကြိုးစားအမှန်၊ ငါမိဌာန်၏။ ။

(ဆရာသမားများ၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို
အောက်မေ့လျက်)

150



အမေသို့ တမ်းတခြင်း

A - Chit

အမေ....

ဘယ်လောက်ပင်ဆင်းရဲ
ဖြူစင်တဲ့ အမေသီလနဲ့
အမေရဲ့ မေတ္တာကြောင့်
နဲ့ချာတဲ့ အမေသား
ပတ်ဝန်းကျင်အလယ်မှာ
မျက်နှာမငယ်ခဲ့ဘူးနော်။

အမေ....

အခုတော့
သားကိုစွန့်ခွာ
အေးငြိမ်းတဲ့နေရာသစ်မှာ
ထာဝရ အိပ်စက်နေရင်းက
သားကို

ရော်ယမ်းတမ်းတ
စိတ်ပူနေရှာသလား အမေ။

အမေ....

မထင်မှတ်တဲ့ဘဝ
မွေနှောက်တဲ့လောကခံကြောင့်
ဆင်းသက်ခဲ့ရပေမယ့်
ခန္ဓာကိုယ်အံ့တု
သား- ပညာတတ်ကြီးဖြစ်ဖို့
နေပူ၊ မိုးရွာမရှောင်
ရှာဖွေကျွေးမွေးခဲ့တယ်နော်။

အမေ....

တဖွယ်ပြောတဲ့စကား
နားယောင်နေပြန်
ပေးစရာအမွေမရှိ
ပညာနဲ့မေတ္တာပဲရှိလို့
ပညာသည်သာ
သားအတွက်ထာဝရအဖော်ပါတဲ့။

အမေရဲ့ဘဝ
အမေ ရည်မှန်းချက်
အမေမျှော်လင့်ချက်ကို
သား အောင်လံထူနိုင်ခဲ့ပြီ အမေ။
အမေချစ်တဲ့သား အမေသားလေ
အခုတော့
အမေရဲ့ လတ်ဆတ်ဆဲမေတ္တာရိပ်အောက်မှာ
အမေစကားကို
ရင်ဝယ်ပိုက်ရင်း
ပညာတတ်ကြီး ဖြစ်နေခဲ့ပြီပေါ့အမေ။
အိပ်စက်နေတဲ့ အမေနှလုံးသား
သားတမ်းတတဲ့ တမ်းချင်းကို
ပီတိအပြုံးတွေနဲ့
ကြားနိုင်ပါစေ အမေ။



ပန်းပျိုးသူ၏ ဆန္ဒပြန် ဒေါက်တာတိုး

‘ပန်းကလေးများ.....ပွင့်တော့မည်
ဖူးတံဝင့်လိုချီနေ့ခြည်မှာ ရွှေရည်လောင်း
ငါတို့ စာသင်ကျောင်း’ တဲ့.....
ကောင်းလိုက်တဲ့ ကဗျာတစ်ပုဒ်.....ရင်ထဲ လှုပ်ခတ်
ဖြန့်ကျက်အတွေး.....ခပ်ရေးရေးမြင်
မကြာခင်.....
ပန်းတွေ အမှန်ပင် ပွင့်တော့မည်။

ပန်းတွေပွင့်အောင်.....ကြံဆောင်စုပေါင်း
ရေလောင်းပျိုးကြ.....အားမာန်ခွဲသန်
ပင်ပန်းခံကာ.....နာသုံးနာနှင့်
သင့်ရာအပ်ပို့.....ဆရာ‘တို့’ တတွေ
တာဝန်ကျေခွဲ။

ပန်းယဉ်ပန်းရိုင်း.....ခွဲခြားနှိုင်းယှဉ်
မြစ်မြင်ရက်.....ချစ်ကြင်လျက်ရှိ
ပွင့်သည့်ပန်းတိုင်း.....အနှိုင်းမဲ့စွာ
လှကြပါစေ.....
ကာလကြာရှည်.....အပွင့်ဝေသာ
ခက်ငဲ့ဖြာဝေ.....သီးကြပါစေ
တောင်းဆုရွှေ့သည်.....
စုံညီတင့်မော.....ပန်းစုံတောဝယ်
ပွင့်သောပန်းတိုင်း.....မွှေးပါစေ။

နောက်ဆုံးနှစ် ကျောင်းသား/ကျောင်းသူများသို့ အမှတ်တရ

LOVE OF DENTAL STUDENT

Canine

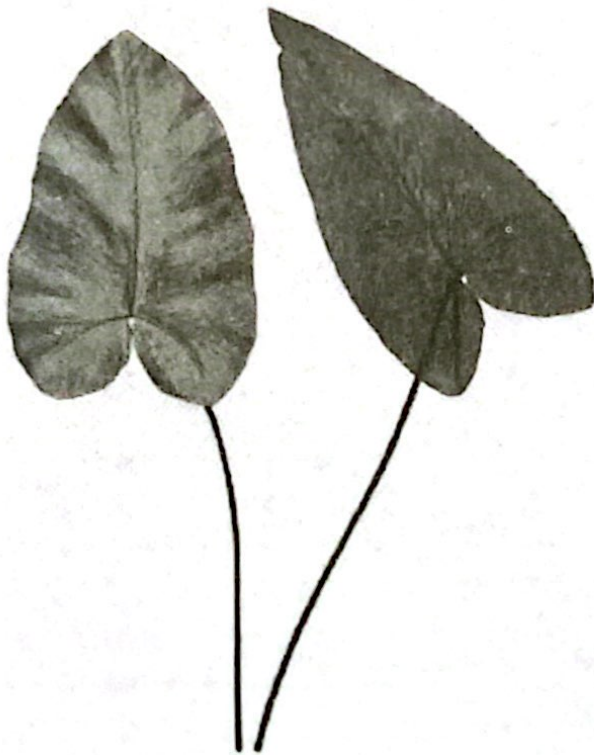
ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ အမာဆုံး
Enamel အလွှာလို
တို့ရင်ထဲမှာ ခိုင်မာတဲ့ သစ္စာတွေနဲ့ပါ။
Cementum နဲ့ Alveolar Bone ကြား
Periodontal Ligament တွေရဲ့
ယှက်နွယ်ထားသလို
တို့ရင်ထဲမှာ သမုဒယသံယောဇဉ်တွေနဲ့ပါ။
Canine မှာ
Cusp တစ်ခုတည်းရှိသလို တို့ရင်ထဲမှာ
မင်းတစ်ယောက်တည်းသာ ရှိပါတယ်။
တစ်သက်မှာသာ
တစ်ကြိမ်ထွက်တဲ့ 1st molar လို
တို့အချစ်ဟာ တစ်သက်တာတွက်
တစ်ကြိမ်ပဲပွင့်ပါတယ်။
သွားတွေ ပြိုပျက်ပြုန်းလည်း
မဆိတ်သုန်းဘဲ
အသက်ထက်ဆုံးရှိနေမှာကတော့
မပြောင်းလဲတဲ့
(တို့)အချစ်တွေဆိုတာ.....ယုံပါကွယ်.....



Enamel - ကြွေသွားလွှာ
Cementum - သွားမြစ်ပတ်လွှာ
Alveolar Bone - သွားပတ်ဝန်းကျင်မှ အရိုး
Periodontal Ligament - သွားမြစ်ပတ်မြှေး
Canine - ခွယ်သွား
Cusp - သွားထိပ်အချွန် (သွားတက်)

ချစ်သူ့ဝတ်ရုံ

နီနီမြန်မာစာ



အကာအကွယ်မဲ့ ဟင်းလင်းပြင်မှာ
ကိုယ်ရပ်နေတုန်းက
ပုဝါပါးနောက်ကွယ်က မျက်လုံးတောက်တောက်တစ်စုံဟာ
ခပ်လှမ်းလှမ်းကနေ
ကိုယ့်ကို တအံ့တဩနဲ့ ကြည့်နေတယ်.....။
ကိုယ်က ပြုံးရယ်ပြတဲ့အခါ ရှက်ကိုးရှက်ကန်းနဲ့
အနားရောက်လာတယ်
သူ ရှက်ရှက်နဲ့ ပေးတဲ့ပန်းကုံးကို
ကိုယ်လှမ်းယူတဲ့အခါ
မြေပြင်ကို ပြုတ်ကျသွားတယ်။
ပေးသူက အလွတ်စောတာလား။
ယူသူက အလှမ်းနောက်ကျတာလား။
ကိုယ်ရယ်မောပြီး
အသာကောက်ယူလိုက်ပါတယ်
ကိုယ်ဘယ်တော့မှ ပန်မှာမဟုတ်သလို
ကိုယ်ဘယ်တော့မှ စွန့်မှာ မဟုတ်တဲ့
ဟောသည်ပန်းကုံးကို

လက်ထဲမှာ တင်းတင်းဆုပ်ကိုင်ထားလိုက်တယ်
ပန်းနဲ့မတန်တဲ့ အင်အားကို
ကိုယ်သုံးမိပြီလို့ နောက်တော့မှ သတိရလို့
ဖွဖွလေး အသာပြန်ကိုင်ထားလိုက်ပါတယ်။
ပန်းပေးသူဟာ ချစ်သူလို့ ခေါ်မှာလား။
ချစ်သူကို ကြည့်လိုက်တော့
နီမြန်းမြန်းမျက်နှာနဲ့
ကိုယ့်လက်ထဲက သူ့ပန်းကုံးကိုကြည့်ရင်း
ကြည်နူးရယ် ရယ်နေတယ်.....။
ချစ်သူက သည်အချိန်မှာ
အလှဆုံးပဲ
သူ့မျက်လုံးလေးတွေကလဲ တောက်လို့
ကလေးလို ပြုံးရယ်လို့
ဝတ်ရုံအရှည်ကြီးကိုတော့ လွှမ်းခြုံထားလို့.....။
ကိုယ်ကြည့်လိုက်တိုင်း
သူ့ဝတ်ရုံကြီးကို ခဏခဏပြန်ပြန်မြင်နေတယ်
ကိုယ်ကပြုံးရယ်ရင်း
သူ့အနားကပ်လာပြီး
တစ်နေ့ပြီးတစ်နေ့ တစ်ထပ်ပြီးတစ်ထပ်
ခွာမှန်းမသိ တဖြည်းဖြည်းချင်း
သူ့ဝတ်ရုံကိုခွာပေးမိတယ်။
နောက်ဆုံးတစ်ထပ်နဲ့
အနီးဆုံးတစ်လွှာကို ကိုယ်ရောက်တဲ့အခါ
သူ့ဝတ်ရုံကို ကိုယ်အသာပြန်မြင်ပေးလိုက်တယ်။
ဘယ်တော့မှ ဖွင့်မကြည့်တော့ဘူးလို့
ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါတယ်။
လိမ်တယ်ဆိုတာ
ကိုယ့်အားနည်းချက်ကို ဖုံးကွယ်တာလို့
ချစ်သူကို မပြောရက်တော့ပါဘူး။
အကာအကွယ်မဲ့ ဟင်းလင်းပြင်မှာ
သူ ဘယ်တော့မှ ရပ်နိုင်တော့မယ် မဟုတ်ဘူး.....။
အကာအကွယ်မဲ့ ဟင်းလင်းပြင်မှာ
နဂိုနာရီအတိုင်း ရပ်နေခဲ့တဲ့ကိုယ်ဟာ
ကျန်ခဲ့သူလား နှုတ်ဆက်သူလားလို့
ကိုယ်ကိုယ်ကိုယ် မဝေခွဲတော့ဘဲ
ဝတ်ရုံရှည်ကြီးနဲ့
ထွက်ခွာသွားတဲ့ချစ်သူကို
သူ့ပန်းကုံးကို ကိုင်ထားရင်း ရပ်ကြည့်နေခဲ့တယ်။
ချစ်သူရယ်
မင်းဝတ်ရုံကို ဇာပုဝါနောက်ကွယ်က
မင်းနောက်ထပ်ရလာတဲ့
ကိုယ့်ကို လွှမ်းဆွတ်မျက်လုံးတွေကိုကော
မင်းလုံအောင် ဘယ်လိုဖုံးမလဲကွယ်...။

ကောင်းကင်မှပန်းချီ အိမ်သစ်

ငါ ပျော်ဝင်ခဲ့တဲ့ ခွက်တစ်ခုထဲမှာ
လူလားမမြောက်သေးတဲ့ ပန်းချီတစ်ရွက်ကို
အဖြူတစ်လှည့် အမည်းတစ်လှည့်နဲ့
ထပ်ခါထပ်ခါ ပုံသွင်း
ကိုယ်ပိုင်စုတ်တံနဲ့ပေါ့....

ဒါပေမယ့် ကမ်းတပ်မထားတဲ့
ငါ့ရေစီးသံဟာ
တစ်မိုစီမိုနဲ့ အငွေ့တွေပျံ့လို့
မနက်ဖြန်အတွက်
မျက်နှာသစ်ဖို့ မေ့ခဲ့လေတယ်....

ဒီလိုနဲ့ တိမ်တိုက်တွေ ပုံးလွှမ်းသွားပြီးတဲ့အခါ
ငါ့ကို မော့ကြည့်နေတဲ့ ကောင်းကင်ဟာ
ခင်းလက်နှက်အပြည့်အစုံနဲ့
စစ်ခင်းနေလိုက်ပုံများ

အဲဒီ ကွေ့ကြွသွားတဲ့ ခွက်ထဲက
ပန်းချီမျက်နှာဟာ.... ညစ်ထေးမှုန့်ဝါးလို့
လူလား မမြောက်တော့ပါ....

ဘဝက မနက်စာ ရှာဖွေတုန်း
လမင်းက တခြားကမ္ဘာ ထွက်သွားပြီ
အရာအားလုံးကို ပေတံနဲ့တိုင်း
ရုပ်ဝတ္ထုတွေ ရှင်သန်နေတဲ့ ချစ်သူရဲ့
အမြဲစိမ်းတောထဲမှာ
ကိုယ်ဟာ သားကောင်ဖြစ်ခဲ့တယ်။

ဝံပုလွေတစ်ကောင်ရဲ့ နှုတ်ခမ်းကိုမှ
ပျားရည်လို့ထင်ခဲ့သူ
ချော်ရည်လို ပျစ်ချဲ့ချဲ့ သံစဉ်တွေနဲ့
ကောင်းကင်အိမ်မက်ကြီး မက်ခဲ့သူ
တကယ်ဆို ကိုယ်ဟာ
စိတ်ကူးယဉ် ဈေးကွက်မှာ
ကုန်သွယ်ခဲ့သူတစ်ယောက် ဖြစ်ခဲ့တယ်။

အခုတော့ 'ဘဝ'ဟာ
ကြိုးမဲ့ဂစ်တာတစ်လက်
ရေခဲမပါတဲ့ ယမကာတစ်ခွက်'
(ခပ်ပြင်းပြင်းပေါ့)
အပေါ်ယံ 'ပကာသန'အတွက်
အသက်ရှင်ဆဲပါ။

တံလျှပ်များ အလင်္ကာဦး



မြန်မာ့သွေးဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာ၏
မီးရှူးတန်ဆောင် ဆရာကြီး ပါမောက္ခချုပ်
ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးအောင်သန်း

ဦးစီးဌာနချုပ်
ပါမောက္ခချုပ်(ငြိမ်း)

ဗု သွေးဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာသို့ နှစ်လည်မှတ်တမ်း ၂၀၀၄

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာ
 ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၊
 ဆရာဝန်များ စံထားနမူနာယူထိုက်သူ
 ပါမောက္ခချုပ်၊ ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ
 ဦးအောင်သန်းမှာ မော်လမြိုင်မြို့၊
 အဖ ဦးစိုးရင်၊ အမိ ဒေါ်စိန်ခင်တို့မှ
 ၂၄၊ ၆၊ ၁၉၂၃ ခုနှစ်တွင် မွေးဖွားခဲ့ပါသည်။
 အစ်ကို၊ အစ်မ၊ ညီနှင့် ညီမငယ်တို့၏
 ချစ်ခင်လေးစားခံရသူ
 ဆရာကြီး၏ ညီမငယ်များမှာလည်း
 ထင်ရှားကျော်ကြားသော နှလုံးရောဂါကု
 ဆရာဝန်ကြီးတစ်ဦး၏ ဇနီး၊
 ဆရာဝန်မတစ်ဦး၊ အလှမယ်ဘွဲ့ရ
 တစ်ဦးအပါအဝင် ကျော်ကြားထင်ရှားသော
 မိသားစုတစ်ခု ဖြစ်ပေသည်။
 လူသိထင်ရှားသော မော်လမြိုင်
 မော်ဒလိန်း၊ ရန်ကုန် စိန်ပေါကျောင်းတို့တွင်
 ငယ်ရွယ်စဉ် ပညာသင်ကြားခဲ့၍
 အားကစား ဝါသနာရှင်တစ်ဦးဖြစ်ပြီး
 ကျွမ်းဘား၊ လက်ဝှေ့တို့တွင် ထင်ရှား၍
 မြန်မာနိုင်ငံ၊ ကျွမ်းဘားအဖွဲ့ချုပ်၊
 ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့သူ
 ဖြစ်ပါသည်။ ဂျပန်ခေတ် ဆေးဘုတ်အဖွဲ့မှ
 ဖွင့်လှစ်သင်ကြားသော ဆေးကျောင်းမှ
 ဘွဲ့၊ ဂျပန်စစ်ပြီးခေတ် ဆေးတက္ကသိုလ်မှ
 အမ်ဘီဘီအက်စ်ဘွဲ့တို့ကို ၁၉၄၉တွင်ရရှိပြီး
 ကျန်းမာရေးဌာနတွင် လက်ထောက် ဆရာဝန်၊
 ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီး၊ ဒုတိယဆေးရုံအုပ်
 ဆရာဝန်ကြီး၊ ၁၉၅၆ခုနှစ်တွင်
 Pennsylvania, U.S.A တက္ကသိုလ်မှ
 ခံတွင်းနှင့် သွားမျက်နှာ ခွဲစိတ်ကုဆေးပညာ
 Visiting Fellow, D.D.S ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီး၊
 ခံတွင်း၊ သွားနှင့် မျက်နှာအလှပြုပြင်ကု
 ဆရာဝန်ကြီးအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်
 ခဲ့ပါသည်။ မြန်မာ့သွားဘက် ကျန်းမာရေး
 အဆင့်မြှင့်တင်နိုင်ရန်အတွက် တိုင်းရင်း
 သွားဆေးကုဆရာများအား ခေတ်မီသွား
 ဆေးပညာသင်တန်း ဖွင့်လှစ်၍
 CDP လက်မှတ်ရ ဆရာများ
 ပြုစုသင်ကြားပေးခဲ့ပြီး ၁၉၆၄ ခုနှစ်တွင်
 သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်ကို
 စတင် တည်ထောင်ခဲ့ပါသည်။
 ခံတွင်းရောဂါ ပါမောက္ခနှင့်

ကျောင်းအုပ်ကြီးအဖြစ် ၁၉၆၆ မှ ၁၉၇၄၊ သွားဆေး
 တက္ကသိုလ် ပါမောက္ခချုပ်အဖြစ်ဖြင့် ၁၉၇၄မှ ၁၉၈၁
 လည်းကောင်း၊ နယူးဇီလန်နှင့် ဩစတြေးလျနိုင်ငံ မြန်မာ
 သံအမတ်ကြီးအဖြစ်လည်းကောင်း ၁၉၈၂ မှ ၁၉၈၅အထိ
 ခန့်အပ် ခြင်းခံရပါသည်။ ၂၊ ၈၊ ၁၉၉၆ ရက်နေ့တွင်
 နေအိမ်၌ ကွယ်လွန်ခဲ့ပါသည်။

ဆရာကြီးဦးအောင်သန်းသည် သံအမတ်ကြီး တာဝန်
 မယူမီ သွားဆေးပညာလောက တိုးတက်မြှင့်တင်ရေး
 အတွက် မနားမနေ ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ ၁၉၆၉ ခုနှစ်၊
 ဘီဒီအက်စ်ဘွဲ့ စတင်အပ်နှင်းနိုင်ရန် ဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီး
 အပြည်ပြည်သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးလောက၏ လေးစား
 ခံရ သူအဖြစ်ဖြင့် ၁၉၆၁နှင့်၁၉၆၅ ခုနှစ်များက အမေရိ
 ကန် သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးကောလိပ် FACD၊ အပြည်
 ပြည်ဆိုင်ရာ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ကောလိပ် FICD,
 FPFA ဘွဲ့များအပ်နှင်းခံခဲ့ရပြီး၊ ယင်းအပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ
 ဆေးလောကသို့လည်း ခရီးများသွားရောက်ခဲ့၍ မြန်မာ
 သွားဆေး ပညာတိုးတက်ရေး ကြိုးပမ်းခဲ့ပါသည်။ မြန်မာ
 နိုင်ငံ သွားနှင့်ခံတွင်း ဆရာဝန်အသင်း ဥက္ကဋ္ဌ၊ ကမ္ဘာ
 ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ကြီး၏ သွားကျန်းမာရေး အကြံပေးအဖွဲ့
 အဖွဲ့ဝင်၊ မြန်မာနိုင်ငံ ကြက်ခြေနီအဖွဲ့ အလုပ်အမှုဆောင်
 အဖွဲ့ဝင်၊ မြန်မာနိုင်ငံကျွမ်းဘားအဖွဲ့ချုပ် ဥက္ကဋ္ဌများ
 အဖြစ်ဖြင့် အမှုထမ်းဆောင်ခဲ့သော ထင်ရှားသော မြန်မာ
 သားကောင်းတစ်ဦး ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။

နယူးဇီလန်၊ ယူကေ၊ ဂျာမဏီ၊ ရုရှား၊ ဂျပန်၊ အိန္ဒိယ
 တက္ကသိုလ်များသို့လည်း မြန်မာ့ဆေးပညာရှင်များ
 စေလွှတ်ပြီး ဘွဲ့လွန်ဘွဲ့များ ရယူစေခဲ့သဖြင့် သွား/ဆေး
 တက္ကသိုလ် ဆရာများဖြစ်သော ဆရာဦးခင်မောင်လေး၊
 ဆရာဦးသက်ထားဝေ၊ ဆရာဦးဌေးဆောင်၊ ဆရာဦးမြင့်
 နိုင်၊ ဆရာဦးပိုင်စိုး၊ ဆရာဦးဘမြင့်၊ ဆရာဦးသိန်းညွန့်၊
 ဆရာဦးခင်မောင်လတ်၊ ဆရာဦးပွင့်ဖူး၊ ဆရာဦးသိန်း
 ထွဋ်၊ ဆရာဦးမျိုးဝင်း၊ ဆရာဦးသိန်းကြူ၊ ဆရာဦးကျော်
 သိန်း၊ ဆရာဦးရွှေလှိုင် စသူတို့အနေနှင့် ဆရာကြီး၏
 ကြိုးစားဆောင်ရွက်မှုများကို ဆက်လက်အကောင်
 အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့ကြပါသည်။

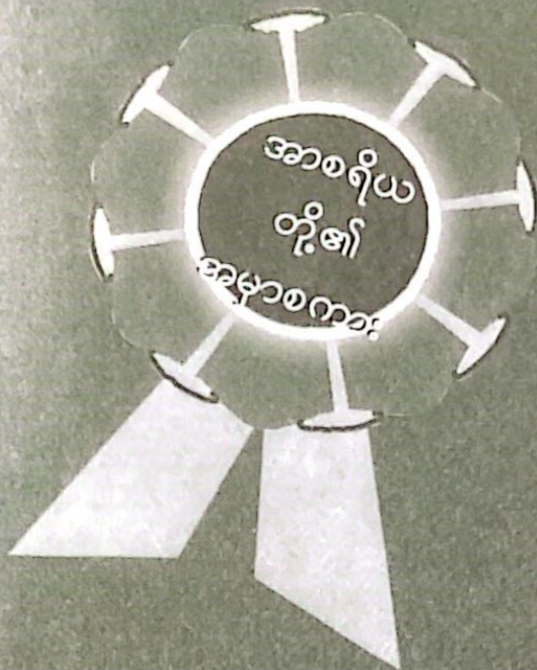
ယခု မြင်တွေ့နေရသော မြန်မာ့သွားနှင့် ခံတွင်းဆေး
 ပညာနှင့် သွားနှင့်ခံတွင်းကုသရေး၊ တိုးတက်မြှင့်တင်
 အရည်အသွေးများ ကောင်းမွန်နေခြင်းသည် ဆရာကြီး၏
 ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်မှု၏ အသီးအပွင့်ရလဒ်များ ရည်မှန်း
 ချက်များဖြစ်ကြောင်း မှတ်တမ်းတင်အပ်ပါသည်။ ဤ
 ကောင်းမှုကုသိုလ်တို့သည် မီးရှူးတန်ဆောင် ဆရာကြီး၏
 နောင်ဖြစ်လေရာ ဘဝအဆက်ဆက် နှလုံး၊ စိတ်ဝမ်း၊
 အေးချမ်းနိုင်ရေး အထောက်အကူ ဖြစ်ပါစေသတည်း။





ပါမောက္ခ ဦးခင်မောင်လေး၊ ပါမောက္ခချုပ် (ငြိမ်း)

ရန် သွားတက်ရန်ဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်သည့်မူလင်း ၂၀၀၄



တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် မြင့်သည်ထက်မြင့်အောင်

ဦးခင်မောင်လေး
ပါမောက္ခချုပ်(ငြိမ်း)

တပည့်သွားဘက်ဆိုင်ရာ
ဆရာဝန်အပေါင်း
ယခုလို မြင့်မြတ်တဲ့
'ဆေးနာပျောက်ရေး ကုသိုလ်ရှင်'
ဘဝကနေ လောကီလောကုတ္တရာရေးမှာ
အဆင့်အတန်းမြင့်သည်ထက်
မြင့်အောင် ကြံစည်ပြောဆို
နေထိုင်နိုင်ကြဖို့ ဆန္ဒပြုချင်ပါတယ်။
နောင်လာနောက်သား
ညီငယ် ညီမငယ်အပေါင်းအနေနဲ့လည်း
စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးမှာလည်း
နောင်တော်၊ အစ်မတော်များကဲ့သို့
အောင်မြင်ရန် အတွေးအခေါ်တစ်ခု
ရရှိနိုင်စေဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။
အတွေးအခေါ်များ နည်းနာယူရတဲ့
ဆရာသမားများကို ကိုးကားပြီးရေးရလျှင်
အချက်လေးချက် ရှိပါတယ်။
အဲဒါတွေကတော့...

၁။ သီလ။

လူဆိုတာ ကိုယ်ကျင့်တရား ရှိရပါမယ်။ ဘဝမြှင့်တင်ဖို့ ကိုယ်ကျင့်
တရားနဲ့ ရင်းရပါတယ်။ လူမှာ ငါးပါးသီလ၊ ရဟန်းတွေမှာ (၂၂၇)သော
သိက္ခာရှိရင် အပယ်လေးပါး မကျနိုင်ဘူး။ ပါတိမောက် သံဝရ သီလရှိသူမှ
စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးတွေမှာလည်း အများရဲယုံကြည်မှုရမယ်။ လောကုတ္တရာ
ရေးမှာ အခြေခံဖြစ်လို့ သီလမရှိသူ ပညာဉာဏ် မတတ်ဘူး။

၂။ ဣန္ဒြေတုံ့

မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်စိတ်ဆိုတဲ့ ရုပ်မှာရှိတဲ့ အာရုံဝင်ပေါက်
(၆) ခုတစ်ခုခုကို အပြင်က အာရုံတိုက်ခတ်တဲ့အခါ ခံစားတဲ့ ဖသခေါ်
အတွင်းစိတ်ဖြစ်အောင် အမျိုးမျိုး ဖန်တီးတယ်။ အတွင်းစိတ်ကောင်း သော်
လည်းကောင်း၊ စိတ်ညံ့သော်လည်းကောင်း၊ ကုသိုလ်စိတ်၊ အကုသိုလ်စိတ်
ဖန်တီးဖြစ်ပေါ်တာမို့ စိတ်ညံ့ အကုသိုလ်စိတ် မဖြစ်အောင်၊ သင့်တော်အောင်
နှလုံးသွင်းတတ်ရပါတယ်။ ဣန္ဒြေတွေလုံအောင် ကျင့်ရမယ်။ 'ယောနိသော
မနသိကာယ' ခေါ်တယ်။ ယောနိသောအကြောင်း ကန်တော့ပွဲတစ်ခုတုန်းက
ဆရာ ဩဝါဒပေးဖူးပါတယ်။ ညီငယ်၊ ညီမငယ်များအနေနဲ့လည်း ဆရာဝန်
ဖြစ်ရင် အသင့်အတင့် နှလုံးသွင်းတတ်သူဟာ လူဝင်ဆန်တယ်။ လူချစ်လူခင်
ပေါတယ်။ အမှားတွေကို ရှောင်ရှားနိုင်တတ်ကြတယ်။

၃။ အစားအသောက်ကို အတိုင်းအတာနဲ့ စားတတ်ဖို့ပဲ။

၁၉၆၉ ခု၊ အရင်ဆုံး ဘီဒီအက်စ်ဘွဲ့ရသူတွေက အသက် (၆၀)လောက်
ရှိကြပြီဆိုတော့ ကျန်းမာဖို့ လိုတယ်။ ကျန်းမာမှ သက်တမ်းစေ့နေနိုင်ပြီး
ကောင်းမှုကုသိုလ်များ ပြုနိုင်မယ်။ ကိုယ်လိုအပ်သလောက် အတိုင်းအတာနဲ့
ကိုယ်စားဖူးတဲ့ အရသာကြိုက်တိုင်း မစားဘဲ လိုသလောက် စားတတ်ဖို့ပါပဲ။

၄။ လုံ့လပါပဲ။

နေရာတကာမှာ လုံ့လရှိရမှာမို့ ကိုယ့်ကျန်းမာရေးအတွက် လေ့ကျင့်ခန်း
မှန်မှန်လုပ်တတ်တဲ့ အကျင့်ရှိဖို့၊ ကိုယ်စောင့်ရှောက်နေတဲ့ လူနာအတွက်
ကုသနည်းမှန်အောင် သတိရှိဖို့၊ ကိုယ်တွေ့ရှိတဲ့ ကုသနည်းကောင်းကိုလည်း
အများအကျိုးအတွက် ဖြန့်ဝေပေးဖို့၊ သူတော်ကောင်း အချင်းချင်းထံမှလည်း
ကုထုံးနည်းကောင်းကို လေ့လာနာယူဖို့၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာတွေ
ကိုလည်း မျက်ခြေမပြတ် လေ့လာနေဖို့ဆိုတာတွေ မပြောဘဲ တပည့်များ
နားလည်ထားကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီအချက်တွေကို ကျေးဇူးရှင်ဆရာတော်
များ ဩဝါဒဆောင်ပုဒ်က 'သီလရှိကြ၊ လုံ့လရှိကြ၊ စားထွေတိုင်းသိ၊
လုံ့လရှိပြန်၊ ဤ(၄)တန် နိဗ္ဗာန်ရကြောင်းတည်း' တဲ့။ ရေးခဲ့ပြီးသလို စီးပွားရေး၊
လူမှုရေး၊ လောကီရေး၊ လောကီနိဗ္ဗာန်နဲ့ လောကုတ္တရာနိဗ္ဗာန် နှစ်ဖြာသော
အကျိုးနှစ်ခုစလုံးရနိုင်ပါတယ်ဆိုတာ မြေကြီးလက်ခတ်မလွဲ ဖြစ်ပါတယ်။
သန္တိသုခ မြတ်နိဗ္ဗာန်ရရှိဖို့ကတော့ ဣန္ဒြေများဖြစ်သော သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊
သမာဓိ၊ ပညာဆိုတာတွေ ထက်မြက်ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားကြရပါဦးမယ်။

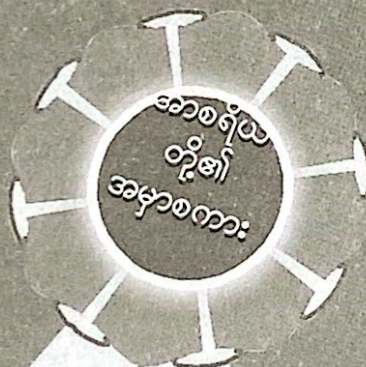
လောကီမှာရော လောကုတ္တရာမှာပါ တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် မြင့်သည်
ထက်မြင့်အောင် (၄)တန်သော လိုအပ်ချက်များနှင့်အညီ သတိအမြဲရှိနေအောင်
ကြိုးစားကြမယ်လို့ ဤအနှစ် (၄၀)မြောက် အခါသမယမှာ အဓိဋ္ဌာန်ပြုကြပါစို့။





Might your words sting,
hold your tongue.
Should they turn sour,
swallow them.
If uncertain,
say nothing.
Because words are not sparrows.

Prof. Htay Saung



'သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်မှ
 အဆင့်အတန်းမီသော သွားဘက်ဆိုင်ရာ
 ဆရာဝန်များ မွေးထုတ်ရာ၌
 မိမိသင်ယူခဲ့သည့် တက္ကသိုလ်သည်
 ပြည်သူတို့ငွေဖြင့် တည်ဆောက်ထားရသည်။
 သင်ကြားပို့ချပေးခဲ့သော
 ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့်
 ပစ္စည်းကိရိယာများအတွက် ပြည်သူလူထုက
 ငွေကြေးအမြောက်အများ အကုန်အကျ
 ခံထားရသည်။ ပြည်သူတို့ငွေဖြင့်
 တတ်မြောက် အောင်မြင်လာကြသည့်
 ထိုမွန်မြတ်သည့် ပညာတစ်ခုတည်းကိုသာ
 အရင်းခံ၍ တာဝန်သိသိ စေတနာရှိရှိဖြင့်
 အသက်မွေးဝမ်းကြောင်း ပြုလုပ်ကြပါဟု
 ဆန္ဒပြု နှာကြားလိုက်ပါသည်'

ပါမောက္ခ ဦးမြင့်နိုင်
 ပါမောက္ခချုပ်(ငြိမ်း)





Remember that -
You make a 'living' from what you earn but you make
'a life' from what you give.

Prof. Paing Soe

၇၈ သက္ကရာဇ်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်သည့်ပုဂံ၊ ၂၀၀၄

တို့ကျောင်းကို ၁၉၆၄ ခုနှစ်က စပြီး တည်ထောင်ခဲ့တာဆိုတော့ နှစ် ၄၀ ရှိပါပြီ။ ဒီအချိန်မှာ ဆရာကြီး ဦးအောင်သန်းကို အထူး သတိရမိပါတယ်။ ဆရာကြီးနဲ့ ဆရာတို့တစ်တွေ ဒီကျောင်းကြီး ဖွင့်နိုင်အောင် အတူလက်တွဲ ကြိုးပမ်းခဲ့ကြရပါတယ်။ တို့သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာလောကရဲ့ ဖခင်ကြီးလို့ ဆိုနိုင်တဲ့ ဆရာကြီးဦးအောင်သန်းဟာ ၁၉၅၃ ခုနှစ် လောက်က ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီး ဒုတိယ ဆေးရုံ အုပ်ကြီးအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်စဉ်မှာ Fracture mandible (မေးရိုးကျိုး လူနာတွေ)ကို ကုသ ပေးနိုင်တဲ့သူ မရှိတာကို တွေ့ရတဲ့အတွက် သွား နှင်ခံတွင်းဆေးပညာကို မြန်မာနိုင်ငံမှာ ထွန်းကား တိုးတက်စေလိုခဲ့တယ်။ ဒါနဲ့ သူကိုယ်တိုင် U.S.A က University of Pennsylvania, Philadelphia မှာ D.D.S ဘွဲ့ကို ၁၉၅၆ ခုနှစ်လောက်မှာ ထပ်ယူခဲ့ပြီး ပြန်လာတာနဲ့ အရင်ဆုံး C.D.P သင်တန်းတွေကို ဖွင့်နိုင်ခဲ့တယ်။ ရန်ကုန်ဆေးရုံ ကြီးက သွားနှင်ခံတွင်း ပြင်ပလူနာဌာနမှာ သွား ဆေးကုသခုံ (Dental Unit) အပြည့်အစုံ ဆိုလို့ တစ်လုံးသာရှိခဲ့တာ မှတ်မိပါတယ်။ သွားဘက် ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ် စတင်ဖွင့်လှစ်နိုင်ရန် ၁၉၆၂ခုနှစ် တော်လှန်ရေးကောင်စီ အစိုးရ လက်ထက်ကျမှသာ အကောင်အထည် ဖော်နိုင် ခဲ့တယ်။ အရင်ကတည်းက စိတ်ကူးထားခဲ့တဲ့ အတိုင်း ဆရာကြီးဟာ ဘရာဇီးလ်၊ ဩစတြေး လျန်၊ နယူးဇီလန်နိုင်ငံတွေမှာ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကျောင်းတွေရဲ့ ဖွဲ့စည်းပုံကို ကြိုတင် လေ့ လာထားခဲ့ပါတယ်။ ဒါနဲ့ ခွင့်ပြုမယ်၊ ကျောင်း ဖွဲ့စည်းပုံ မူကြမ်း (Proposal) ရေးဆိုတော့ ၁၉၆၂ခုနှစ် ဩဂုတ်လလောက်ကစပြီး ဆရာ တို့တစ်တွေ စရေးခဲ့ကြတယ်။ နယူးဇီလန်က University of Otago, Dental Schoolရဲ့ ဖွဲ့စည်းပုံအတိုင်း Proposal ကိုရေးခဲ့ ကြတယ်။ A.G ရုံးက မိတ်ဆွေတစ်ဦးဖြစ်တဲ့ စာရေးကြီး ကိုလည်း အကူအညီတောင်းရသေးတယ်။ ဒီလိုနဲ့ ရေးလိုက်၊ ပြင်လိုက် ဆရာကြီး ဦးအောင်သန်းက အင်္ဂလိပ်လို ပြောပြ၊ ဆရာက မြန်မာလိုပြန်ပြီး ဆရာလက်ရေးနဲ့ ရေးခဲ့ကြပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီးက ဆရာဝန် Quarter (အ.ထ.က ၁၊ လသာ ဘက်ခြမ်း မှာ) ဆရာက အခန်းတစ်ခန်းရတော့ အဲဒီအခန်း လေးမှာ ဒီ Proposal ကို ရေးခဲ့ကြရတယ်။ သိပ် မကြာခင်

ဆရာဦးသန်းလွင်လည်း B.D.S(Otago) နိုင်ငံခြားပညာသင်ကနေ ပြန်ရောက် လာခဲ့တယ်။ ၁၉၆၄ ဖေဖော်ဝါရီလမှာ Proposal ရေးလို့၊ ပြီးပြီဆိုခါမှ နိဒါန်းကျန်ခဲ့လို့ ဆိုပြီး ပြန်ရေးခဲ့ကြရသေးတယ်။ ဒီနောက်တော့ ဆရာလည်း နယူးဇီလန်နိုင်ငံကို ပညာသင်သွားခဲ့ရတယ်။ ဆရာ သွားနေတဲ့အတောအတွင်း ဆရာကြီး ဦးခင်မောင်လေးတို့ ဆရာကြီးဦးနုန်ရှိန်တို့ ပြန်လာကြပြီ။ နိုင်ငံ ခြားပညာတော်သင်တွေ ပြန်လာပြီး ဆရာကြီးဦးအောင်သန်းနဲ့အတူ လက်တွဲ ကြိုးစားခဲ့ကြတယ်။ ဒါနဲ့ ၁၉၆၄ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလ ၂ ရက်နေ့မှာ သွားဘက် ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်ကို စတင်ဖွင့်လှစ်နိုင်ခဲ့ပါတယ်။

၁၉၆၇-၆၈ ခုနှစ်လောက်မှာ နိုင်ငံခြားသား ဆရာအနေနဲ့ Mr.Shaw, Mr.Cook တို့နှစ်ဦးသာ ရှိခဲ့ပေမယ့် နောက်နိုင်ငံခြားသားဆရာ အတော် များများလာပြီး သင်ကြားပေးခဲ့ကြတယ်။ Sir Robert Bradlaw တို့လည်း



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးသက်ထားဝေ

M.B., B.S., B.D.S.(Otago)
F.D.S.R.C.S.(Eng.)

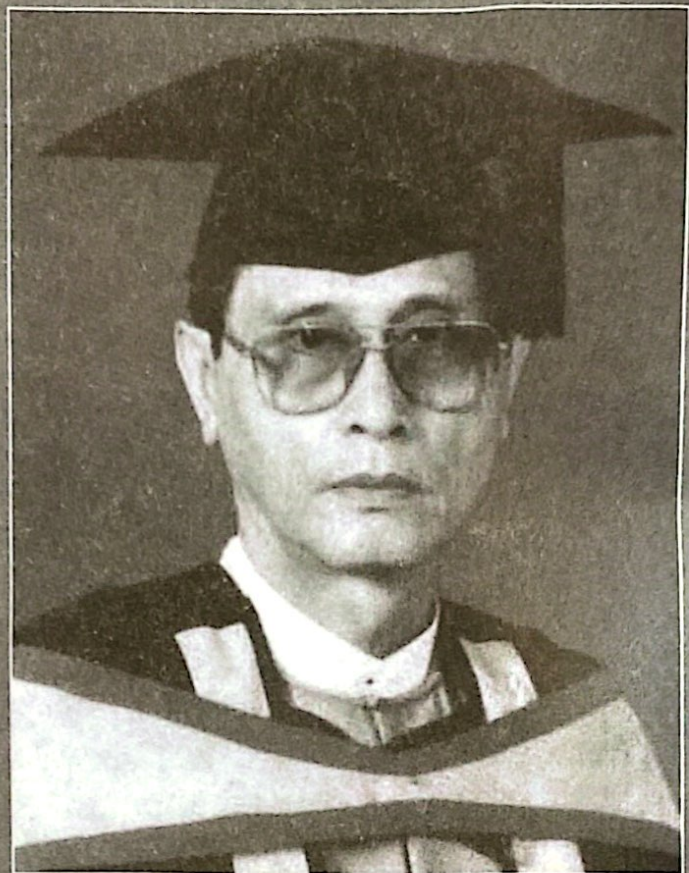
ပါဝင်ခဲ့ပါတယ်။ နောက်ပိုင်းမှာတော့ ဆရာဦးအောင်မြင့်၊ ဆရာမ ဒေါ်လှဒါ နီချိန်(ခ) ဒေါ်ရီခ်မာရီ၊ ဆရာမ Pauline Chen(ခ) ဒေါ်ခင်စန္ဒာ၊ ဆရာ ဦးချစ်ဦး၊ ဆရာဦးခင်မောင်လတ်၊ ဆရာဦးအောင်သန်း(၂) စသူတို့ ပြန် ရောက်လာတော့ ကျောင်းကြီးက ပိုပြီးစည်ကားလာခဲ့တယ်။ ၁၉၆၈မှာ ဆရာဦးခင်မောင်လွင် Dental Radiology Training ကို U.Kကနေသင်ကြား လာပြီး Dental Radiology ကို စာတွေ့လက်တွေ့ သင်ကြားပေးခဲ့တယ်။ ဗိုလ်မှူးသန်းခင်မောင်မှ ကာကွယ်ရေးနှင့် လူထုသွားကျန်းမာရေးပညာ

(Preventive & Community Dentistry) ယခင်က လူမှုရေးနှင့် သွားဆေးပညာ ကို သင်ကြားပေးခဲ့တယ်။ Forensic Dentistry ကို နယူဇီလန်နိုင်ငံ University of Otago, Dental School မှ သင်ရိုး ညွှန်းတမ်းကို မေတ္တာရပ်ခံတောင်း ယူပြီး Final Year B.D.S မှာ သင်ကြား ပေးခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီလိုနဲ့ စတင်ခဲ့တဲ့ ဒို့ ကျောင်းက B.D.S ဘွဲ့ရဆရာဝန်တွေကို ၁၉၆၉ ခုနှစ်မှာ ပထမဆုံး မွေးထုတ်ပေး နိုင်ခဲ့ပါတော့တယ်။

B.D.S ဘွဲ့ရထားပြီးတဲ့ သွားဆရာဝန် တွေ အားလုံးဟာ မိမိ Professional နဲ့ ပတ်သက်လို့ ပီပီပြင်ပြင် လုပ်ဆောင်နိုင် ကြစေချင်တယ်။ သွားဆရာဝန်တစ် ယောက်ဟာ သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါတွေကို ကုသပေးနိုင်ရမယ်။ နောက်ပြီး သွားဘက် ဆိုင်ရာ ဆေးပညာရှင်တွေရဲ့ သိက္ခာကို လည်း ထိန်းသိမ်းတတ်ရမယ်။

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ကောင်း တစ်ယောက်ဖြစ်ဖို့ အရင်ဆုံး Basic Dental Care ကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ရှိရမယ်။ အဲဒါတွေကတော့ Good Exodontia ကောင်းကောင်း မနာမကျင် သွားနှုတ်နိုင် ရမယ်။ နောက် Good Conservative Care ကလေးရော လူကြီးပါပေါ့။ နောက် Partial နဲ့ Full Denture တွေ မိမိကိုယ် တိုင် ကောင်းစွာလုပ်တတ်ရမယ်။ Technician ကို အားမကိုးဘဲ မိမိကိုယ်တိုင် လုပ်နိုင်ရမယ်။ သွားရုံးရောဂါတွေကို လည်း ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင် ကုနိုင်ရမယ်။ Oral Hygiene Care ပညာပေးလုပ်ငန်းတွေကို လည်း ထွန်းကားပြန်ပွားဆောင် လုပ် ဆောင်ပေးရမယ်။ ဒီ Basic တွေအားလုံး ကျွမ်းကျင်တဲ့ Dental Surgeon တွေ ဖြစ် စေချင်တယ်။ ပြီးတော့မှ ကိုယ်ကြိုက်ရာ Speciality လုပ်ကြပေါ့။

တရားသဘောနဲ့ ယှဉ်ပြီး ဆုံးမရရင် တော့ အားလုံး 'ယောနိသောမန သိကာရ' ပါပဲ။ အရာရာကို ခြုံပြီးတော့ သင့်တင့် လျောက်ပတ်စွာ နှလုံးသွင်း နိုင်ကြပါစေ။



ပါမောက္ခဒေါက်တာနန်းရှိန်

B.D.S(CAL); M.D.S (Bom); F.I.C.D (USA);
M.Sc(CONS.Course) London. Adv. Certificate in
Cons. Dentistry (London) Fellow Brit.Post.Grad.
Medical Federation (London)

ပါမောက္ခ/ဌာနမှူး (အငြိမ်းစား)

သွားရောဂါကုဆေးပညာဌာန

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်။

Hippocrates ပြောကြားသော 'The life so short, the craft so long to learn' စကားဟာ ဆရာဘဝနှင့် အငြိမ်းစား မယူမီနှင့်ယူပြီး ယနေ့ အထိ ဆရာ စားပွဲပေါ်မှာ ရှိနေပါတယ်။ လူ့ဘဝ သက်တမ်းဟာ ဘာမှ မရှိပါဘူး။ မြတ်စွာဘုရား ကလည်း 'အို၊ နာ၊ သေမျိုး၊ မကောင်းကံကျိုး လေးမျိုးတားမရ' ဟု ဟောကြားတော်မူပါတယ်။ လူရယ်လို့ ဖြစ်လာရင် အိုရမယ်၊ နာရမယ်၊ သေရမယ် ဆိုတာတွေကတော့ မလွဲတမ်း ဖြစ်မှာပါပဲ။ မိမိ သက်တမ်းကိုလည်း မိမိ မသိနိုင်ပါဘူး။ မိမိဘဝ အောင်မြင်ရေးနှင့် အရှည်တည်တံ့တိုးတက်စေရန် ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ကြရာမှာ မြတ်စွာဘုရားက ဤသို့ ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်၊ ဖြူအောင်စိတ်ကိုထား၊

ပြောပြတွေးလျှင်၊ သတိယှဉ်၊ ဆင်ခြင်ဉာဏ်ရှေ့သွား၊

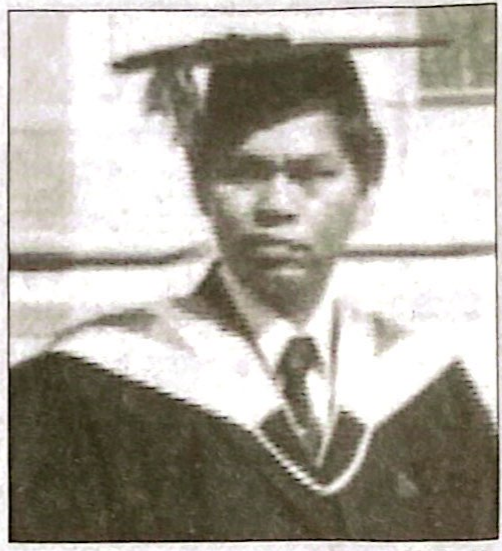
စိတ်ထားပြောင့်မှန်၊ ခွင့်လွှတ်ရန်၊ သည်းခံမေတ္တာထား၊

လုံ့လနှင့်စွဲ၊ မလျှော့ဘဲ၊ အမြဲတင်းတင်းထား၊

အရာရာတွင်၊ အသုံးဝင်၊ အောင်မြင်ကြောင်းတရား။

လောက၌ မိမိရောသူတစ်ပါး (၂)ဦးလုံးမှာ မဆင်းရဲလို့ပဲ ချမ်းသာကို အမြဲအလိုရှိကြတယ်။ သူတစ်ပါးကို မထိခိုက်သော ချမ်းသာသုခကိုသာ ရှာဖွေကြရမယ်။ သူတော်ကောင်းတို့ လမ်းစဉ်ဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် မိမိတို့၏ တိုကောင်းလှသော ဘဝသက်တမ်းမှာ ကာယကံမှ၊ ဝစီကံမှ၊ မနောကံမှ ပြုလုပ်ပြောဆိုကြစည်တိုင်းပင် ဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ကြည့်ရှုပြီးမှ ပြုလုပ်ရ၊ ပြောဆိုရ၊ ကြံစည်ရတယ်။ သို့မှသာ ပြုသမျှ ကာယကံ၊ ပြောသမျှ ဝစီကံ၊ ကြံစည်သမျှ မနောကံတွေဟာ လမ်းမှန်ရောက်ကာ ကံကောင်းတွေ ဖြစ်လာနိုင်တယ်။ အကုသိုလ်များ ဖယ်ရှားပြီး ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ ကုသိုလ်များ ပွားများနိုင်ကြပြီး ကံကောင်းတွေ ဖြစ်လာနိုင်ကြပါစေဟု ဆုတောင်းရင်း နိဂုံးချုပ်အပ်ပါသည်။

သက်ရှည်ကျန်းမာ စိတ်ချမ်းသာ လိုရာဆန္ဒ ဖြည့်ကြပါစေ။



Chit - U

Member : Myanmar Academy of Medical Science

MAKING A STATEMENT

It gives me great pleasure to salute this exciting new initiative taken by the dental faculty to publish its first inaugural issue to commemorate the faculty's 40th Anniversary

Celebrations. This aims to target past, present and future generations of the dental community in Myanmar. There is a Chinese proverb on the subject

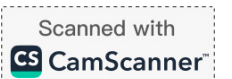
of Happiness. It goes like this:
'If you want to be happy for one hour - take a nap. If you want to be happy for one day - go fishing. If you want to be happy for one month - get married. But if you want to be happy forever - help others'

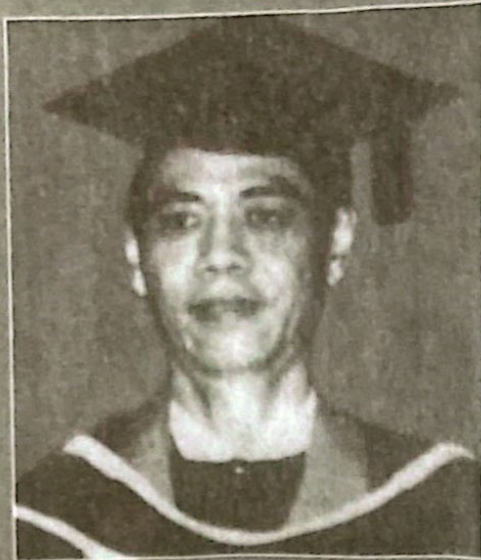
As Humanitarians, our motto: everything-we think, say, or do should be truthful. Help us to repeatedly proclaim ourselves and use our resources and wisdom the dental faculty have given us to help others in need so that we can be happy constantly- day and night.

Let us dedicate our lives to that endeavor both in words and deeds. This help need not necessarily be monetary. It can be help in terms of moral support, respect,

acknowledgement of one's endeavors, or helping others merely by lending a listening ear. In short, giving of one's self to help someone no matter in what form it may be.

Greetings to everyone on this special occasion and through the editorial board Happiness to you all for the years ahead.





ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးခင်မောင်လတ်
B.D.S. (Ph.), M.Sc. (Lond.) F.I.C.D
 ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး(ငြိမ်း)
 သွားတုဆေးပညာဌာန။

လူတိုင်းအတွက်
 နှလုံးလှကျင့်စဉ် လမ်းညွှန်
 မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်
 စိတ်ထားဖြူစင်စေ။

ဩဝါဒပါတိမောက် ကျင့်စဉ်
 ၁။ စိတ်ထား ရင်ထဲမှာ၊ မြင်တစ်ကိုယ်လုံး။
 ၂။ ပေါ်သိမြင်သိ၊ သတိကပ်၍ကြည့်။
 ၃။ ကောင်းဆိုးနှစ်တန်း၊ ပေါ်လာပြန်လည်း၊
 တုံ့ပြန်မပြု၊ လျစ်လျူရှုလော့။
 ၄။ ငြိစွန်းကင်းစင်၊ ဖြူစင်အေးမြ၊ နှလုံးလှ၏။

ဝိပဿနာ ဘာဝနာပွားများလိုသူများ
 ဓမ္မာကိုယ်အတွင်း ဉာဏ်စိုက်သွင်း၍
 သတိ၊ ဝိနိယာဖြင့် ရုပ်နာမ်တို့၏
 ဖောက်ပြန်မှုသဘောနှင့် သိမှုသဘောမျိုးကို
 ကြိမ်ဖန်များစွာ သိနေအောင် ပွားများရပါမည်။
 □



ပါမောက္ခဒေါက်တာဦးသိန်းညွန့်
M.B.,B.S(Ygn) .Ph.D (Moscow)

- ရန်ကုန်သွားဘက်ဆိုင်ရာတက္ကသိုလ်၏ ပြင်ပစာစစ် ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ် ယနေ့တိုင် ထမ်းဆောင်ဆဲ ဖြစ်သည်။
- ညွန့်.ဝေ၊ကသာအမည်ဖြင့် ကဗျာ၊ ဆောင်းပါး၊ ဝတ္ထုများလည်း ရေးသားလျက်ရှိပါသည်။

တို့ရှေ့မှာရွာ
 တို့ရှေ့မှာရွာ
 သာပါစမေး ထနောင်းပင်
 အုန်းညှိတန်းနှင့် စိမ်းလန်းစိုအေး။

တို့ရှေ့မှာရွာ
 ချမ်းသာစမေး
 ရတနာစိန်ရွှေကျောက်တို့
 ဖြိုးမောက်လို့ဌေး။

တို့ရှေ့မှာရွာ
 လမ်းသာစမေး ရာဇမတ်ကာ
 သံခင်းလမ်း ဖြောင့်တန်းနေသေး။

စခန်းသာတဲ့ရွာ ချမ်းသာတဲ့ရွာ
 လမ်းသာတဲ့ရွာ ရောက်အလာ
 ပျော်ပိုက် ကျီဆောက်ကာ
 အခြေစိုက် နေလိုက်ချင်ပါ
 တကယ်တော့ ခွင့်မသာ
 သည်ရွာလည်း ကွန်းတစ်ထောက်၊
 လွမ်းလှပေပဲ စခန်းချရုံ ခုလတ်ကြားပေဖို့
 မနားသာ အသာထပါလို့ ထာဝရကြမ္မာ
 စခန်းဆီသို့ လွမ်းဆက်ကာလျှောက်။
ညွန့်.ဝေ၊ကသာ၊



မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ ဥက္ကဋ္ဌ၏အမှာ

ယခုအကြိမ် ထုတ်ဝေသည့် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းမှာ ကျွန်တော်တို့တက္ကသိုလ်၏ လေးအုပ်မြောက်အဖြစ် ထုတ်ဝေခွင့်ရရှိသည့် မဂ္ဂဇင်းဖြစ်ပါသည်။

၂၀၀၄ ခုနှစ် ဤမဂ္ဂဇင်းထုတ်ဝေချိန်သည် အမိသွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် စတင်တည်ထောင်သည့် နှစ် (၄၀)မြောက် ပတ္တမြားရတုနှင့် တိုက်ဆိုင်နေသည်မှာလည်း ဂုဏ်ယူ ဝမ်းမြောက်ဖွယ်ရာပင် ဖြစ်ပါသည်။ ပတ္တမြားရတုမဂ္ဂဇင်းဟု သီးသန့်ထူးခြားစွာ မထုတ်ဝေနိုင်သော်လည်း ဤနှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းဖြင့် အမိတက္ကသိုလ်၏ ပတ္တမြားရတုအား ဂုဏ်ပြုခြင်းဖြင့်ထူးခြားသည့် ဝိသေသတစ်ခုကို ဖော်ဆောင်နိုင်ခြင်းဖြစ်သည်ဟု ဆိုချင်ပါသည်။

ဤမဂ္ဂဇင်းတွင် ပုံနှိပ်ဖော်ပြနေကျဖြစ်သော ဝတ္ထုတို၊ ဝတ္ထုရှည်၊ ကဗျာ၊ စာညွှန့်၊ ဆောင်းပါးများအပြင် အမိတက္ကသိုလ်၏ သမိုင်းကြောင်းကို မီးမောင်းထိုးပြထားသည့် သတိရ လွှမ်းဆွတ်တမ်းတဖွယ်ရာ ကဏ္ဍများကိုလည်း အတတ်နိုင်ဆုံး စုစည်းတင်ပြထားပါသည်။ ဤတက္ကသိုလ်ကြီးအနေဖြင့် ဂုဏ်ပြုထိုက်သော မှတ်တမ်းမှတ်ရာများအပြင် အမိတက္ကသိုလ်ကြီး၏ ဂုဏ်ယူစရာအကြောင်းချင်းရာ တို့ကိုလည်း ထည့်သွင်းဖော်ပြထားပါသည်။

အမှန်စင်စစ် ဤမဂ္ဂဇင်းအနေဖြင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်နှင့် တစ်ကြောင်းကြောင်းဖြင့် ပတ်သက်ခဲ့ဖူးသူ ရှေးယခင်က ဆရာ ဆရာ နောင်တော်ကြီးများနှင့် ယနေ့လက်ရှိဘဝမှာ ကျင်လည်နေရသူများအပြင် နောင်လာလတ္တံ့သော ညီငယ်၊ ညီမငယ်များအကြား မေတ္တာပေါင်းကူးတံတားသဖွယ် ဖြစ်နေမည်ဟုလည်း ယုံကြည်မိပါသည်။ ဤမဂ္ဂဇင်း ယမင်းရွှေစင်ရုပ်ကလေးကို ထုဆစ်ပုံဖော်ရာတွင် ကျရာ နေရာကဏ္ဍအသီးသီးမှ ပါဝင်ခဲ့ကြသူအပေါင်းအား ကျေးဇူးဥပကာရ စကားဆိုရင်း စာဖတ်သူအပေါင်း ကျန်းမာရွှင်လန်းကြပါစေကြောင်း ဆုမွန်ကောင်း တောင်းလိုက်ပါသည်။

ပတ္တမြားရတုမှသည် ရွှေရတု၊ စိန်ရတုများဆီသို့...

ပါမောက္ခ ဒေါက်တာသိန်းကြူ

ဥက္ကဋ္ဌ

နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ ၂၀၀၄၊

မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ အတွင်းရေးမှူး၏ အစီရင်ခံစာ

၁၉၆၄ ခုနှစ်မှ စတင်ခဲ့သော ကျွန်တော်တို့ အမိတက္ကသိုလ်ကြီးသည် အနှစ် ၄၀ တိုင်အောင် မားမားဝင်းဝင်း တည်ရှိနေပြီ ဖြစ်သည်။ ဤနှစ်များအတွင်း ရှည်လျားစွာ ဖြတ်သန်းခဲ့သည့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ကြီးသည် ယခုလည်းရှိဆဲ၊ နောင်လည်း ဆက်လက်တည်ရှိနေမည်မှာ ဖြစ်ပေသည်။

ကျောင်းသားဘဝ အစကတည်းက အိမ်မှ “သား ကျောင်းသွားတော့မယ်” ဟုပြောပြီး ကျောင်းတက်ခဲ့ရသကဲ့သို့ပင် ယခု ဆရာအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသည့် နောက်လည်း “ဖေဖေ ကျောင်းသွားတော့မယ်” ဟု ပြောရပြန်ပြီး ကျောင်းကြီးဆီသို့ လာမြဲလာနေရစမြဲ ဖြစ်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ နေ့စဉ် ကျောင်းသို့လာခဲ့ပြီး စာသင်ချိန် စာသင်၊ အခြားလုပ်ဆောင်စရာရှိသည့် တာဝန်များကို လုပ်ဆောင်နေမြဲ လုပ်ဆောင်နေရသည့်အတွက် ကျောင်းတော်ကြီးဆီသို့ ဝင်ရောက်လာလျှင်ပင် အစီရင်ခံစာထဲသို့ ဝင်ရောက်သွားသကဲ့သို့ ခံစားရသည်မှာ ယနေ့အထိပင် ဖြစ်ပါသည်။

မိမိအား ဆရာများမှ တာဝန်ပေးအပ်မှုကြောင့် မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ၏ အတွင်းရေးမှူးအဖြစ် ထမ်းဆောင်ရသည်ကိုလည်း ဂုဏ်ယူဝမ်းမြောက်မိပါသည်။ အလုပ်တာဝန်များ မအားလပ်သည့်ကြားမှ ကျောင်းတော်ကြီး၏ မဂ္ဂဇင်းအား အကောင်းဆုံးဖြစ်စေရန် ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ခဲ့ကြပါသည်။ သို့အတွက် ဝိုင်းဝန်းကူညီဆောင်ရွက်ကြသော ဌာနဆိုင်ရာ အကြီးအကဲများ၊ ပါမောက္ခချုပ်နှင့် ဆရာ၊ ဆရာမများ၊ ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၊ စာမူချီးမြှင့်ပေးသော ကလောင်ရှင်များ၊ ကျေးဇူးတင်ထိုက်သူအားလုံးကို အထူးပင်ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

လစ်ဟင်းမှုများရှိပါကလည်း ခွင့်လွှတ်အားလည်ပေးပါရန် တောင်းပန်အပ်ပါသည်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်အနေဖြင့် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းများကို ၁၉၈၀ ခုနှစ်တွင် ပထမကြိမ်၊ ၁၉၉၆ ခုနှစ်တွင် ဒုတိယအကြိမ်၊ ၁၉၉၉ ခုနှစ်တွင် တတိယအကြိမ်နှင့် ယခု ၂၀၀၄ ခုနှစ်တွင် စတုတ္ထအကြိမ်အဖြစ် ကျောင်းတော်ကြီး တည်ထောင်ခဲ့သည့် နှစ် ၄၀ မြောက် ပတ္တမြားရတုကို ဂုဏ်ပြုသည့် မဂ္ဂဇင်းအနေဖြင့် အောင်မြင်စွာ ဂုဏ်ပြုထုတ်ဝေနိုင်သည့်အတွက် ဝမ်းမြောက်မိပါသည်။

နောင်တွင်လည်း နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းများမှသည် ရွှေရတု၊ စိန်ရတု အဆက်ဆက်တိုင်အောင် အောင်မြင်စွာ ထွက်ပေါ်နိုင်ရေးအတွက် ဝိုင်းဝန်းကူညီဆောင်ရွက်ပေးကြပါရန်လည်း တိုက်တွန်းနှိုးဆော် ဆန္ဒပြုအပ်ပါသည်။

ဒေါက်တာဝင်းလွင်

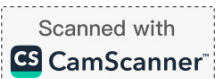
အတွင်းရေးမှူး

မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ ၂၀၀၄၊

နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ “ က မှ အ ”

နောက်ဆုံးတော့ ဤသွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးစာကွဲသိုလ်၊ ရန်ကုန် အနှစ် ၄၀ ပြည့် ပတ္တမြားရတုမဂ္ဂဇင်းကို စာဖတ်သူ၏လက်တွင်းသို့ ကျကျနန ဆောင်ကျဉ်းပေးနိုင်ခဲ့ပါပြီ။ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် စာအုပ်ထွက်ချိန် အနည်းငယ် နောက်ကျခဲ့ရသည်မှအပ အဘက်ဘက်မှ ပြည့်စုံကောင်းမွန်သော မဂ္ဂဇင်းတစ်စောင်ဖြစ်ရန် ကျွန်တော်တို့အားလုံး တတ်စွမ်းသမျှ ကြိုးပမ်းခဲ့ကြသည်။ ကျွန်တော်တို့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးစာကွဲသိုလ်၊ ရန်ကုန်၏ နှစ် ၄၀ ပြည့် ပတ္တမြားရတုမဂ္ဂဇင်းနှင့် တိုက်ဆိုင်စွာ ဤမဂ္ဂဇင်းကို စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခွင့် ရသည့်အတွက် မဂ္ဂဇင်းကော်မတီဝင် တစ်ယောက်အနေဖြင့် များစွာရုဏ်းပူပန်ပါသည်။ သမိုင်းမှတ်တမ်းဝင် အဆင့်အတန်းမီ မဂ္ဂဇင်းတစ်စောင် ဖြစ်မြောက်လာရေးအတွက် မြောက်များလှစွာသော လုပ်ငန်းတာဝန်အဆင့်ဆင့်သည် ကော်မတီဝင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတို့၏ အတွေ့အကြုံနည်းပါးမှုကို စိန်ခေါ်နေသကဲ့သို့ တွေ့ကြုံခဲ့ကြရပါသည်။ သို့ရာတွင် ပါမောက္ခချုပ်ဆရာကြီး၏ လမ်းညွှန်မှု၊ မဂ္ဂဇင်းကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ၏ ပံ့ပိုးမှု၊ ဆရာ/ဆရာမတို့၏ အားပေးကူညီမှု၊ ကော်မတီဝင် ကျောင်းသား၊ကျောင်းသူတို့၏ မလျှော့သောခွဲလုံ့လတို့ဖြင့် ကျွန်တော်တို့ ရည်မှန်းရာပန်းတိုင်သို့ အရောက်လုမ်းနိုင်ခဲ့ကြပါသည်။ နောက်ဆောင် ထွက်ရှိလာမည့် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းတို့သည်လည်း တစ်အုပ်ထက်တစ်အုပ် သာလွန်ကောင်းမွန်လာကြလိမ့်မည်ဟု ညီငယ်၊ ညီမငယ်တို့အပေါ် ခိုင်မာစွာ ယုံကြည်မိပါသည်။ လူတိုင်းလူတိုင်းသည် မိမိတို့၏သမိုင်းကို မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ရေးကြသည်။ မိမိတို့ အနာဂတ်ကို မိမိတို့ကိုယ်တိုင် တည်ဆောက်ကြသည်။ ဤမဂ္ဂဇင်းတွင် ကျွန်တော်တို့သည် ကျွန်တော်တို့၏ အတိတ်ရုပ်ပုံလွှာတို့ကို ပြန်လည် မှတ်တမ်းတင်ခဲ့ကြသလို အနာဂတ်ကိုလည်း မျှော်မှန်းကြည့်ခဲ့ကြသည်။ သမိုင်းအချက်အလက်တို့ကို သတင်းစာများ၊ ဓာတ်ပုံများ၊ ကနဦး သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးလောကမှ ဆရာကြီးများ၏ မှတ်တမ်းမှတ်ရာများမှ ရှာဖွေဆောင်းခဲ့ကြပါသည်။ နှစ် ၄၀ ပြည့်မဂ္ဂဇင်းတစ်စောင်အနေဖြင့် သမိုင်းအထောက်အထားတို့ကို အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ တာဝန်ယူနိုင်ပါလိမ့်မည်။ ကျွန်တော်တို့၏ လာလတ္တံ့သော ညီငယ်၊ ညီမငယ်တို့သည် ယနေ့အောင်မြင် တိုးတက်နေသော သွားဘက်ဆိုင်ရာစာကွဲသိုလ်၊ ရန်ကုန်၏ အသီးအပွင့်တို့ကို သူတို့၏ နောင်တော်များ၊ ဆရာများ၊ ဆရာတို့၏ ဆရာများက တစ်နေ့တည်း၊ တစ်ရက်တည်းဖြင့် တည်ဆောက်ခဲ့ကြခြင်း မဟုတ်ကြောင်း ဆင်ခြင်နားလည်နိုင်ကြပါလိမ့်မည်။ တိုးတက်သည်ထက် တိုးတက်ထွန်းကားအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်ကြပါလိမ့်မည်။ တို့အပြင် ဤမဂ္ဂဇင်းကား ကျွန်တော်တို့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ လက်တွေ့ဘဝကို တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းထင်ဟပ်စေသော ပန်းချီကားလည်းဖြစ်ပါသည်။ အားလုံးသော စာရှုသူများ ငြီးငွေ့မှု မရှိရလေအောင် အပျင်းလည်းပြေ၊ ပညာလည်းရ၊ သုတရသကဏ္ဍစုံလင်အောင် ကျွန်တော်တို့ ကြိုးပမ်းထားပါသည်။ အကယ် တော့ဤမဂ္ဂဇင်းတွင် မနှစ်သက်ဖွယ်ရာ၊ စိတ်အလိုမကျဖွယ်ရာ အမှားအယွင်းတို့ကို ကြုံတွေ့ရပါသော် ကျွန်တော်တို့၏ ချီယွင်းချက်သာ ဖြစ်ပါကြောင်း ကြိုတင်ဝန်ခံရသလို နားလည်ခွင့်လွှတ်ပေးပါရန်လည်း ကြိုတင်တောင်းပန်လိုက်ရပါသည်။

အောင်သူဟိန်း
 တွဲဖက်အတွင်းရေးမှူး
 နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ၊ ၂၀၀၄၊



သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် (ရန်ကုန်)

နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ (၂၀၀၄)

၁။ နာယက	ပါမောက္ခဒေါက်တာဦးဘမြင့်	ပါမောက္ခချုပ် သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်။
၂။ ဥက္ကဋ္ဌ	ပါမောက္ခဒေါက်တာဦးသိန်းကြူ	ပါမောက္ခ/ဌာနမှူး သွားတုဆေးပညာဌာန။
၃။ ဒု-ဥက္ကဋ္ဌ (၁)	ဒေါက်တာဦးစိန်မြင့်	ကထိက/ဌာနမှူး ရောဂါဗေဒဌာန။
၄။ ဒု-ဥက္ကဋ္ဌ (၂)	ဒေါ်ခိုင်ယဉ်ဝင်း	ကထိက/ဌာနမှူး မြန်မာစာဌာန။
၅။ အဖွဲ့ဝင်	ဒေါက်တာဦးရွှေလှိုင်	လက်ထောက်ကထိက၊ သွားတုဆေးပညာဌာန။
၆။ အဖွဲ့ဝင်	ဒေါ်လှလှဝင်း	ကထိက/ဌာနမှူး၊ ရူပဗေဒဌာန။
၇။ အဖွဲ့ဝင်	ဒေါက်တာဦးကိုကိုမော်	ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန။
၈။ အဖွဲ့ဝင်	ဒေါက်တာမြတ်ဉာဏစိုး	ဌာနမှူး၊ နိုင်ငံခြားဆက်သွယ်ရေးဌာနစိတ် ဆေးသိပ္ပံပညာဦးစီးဌာန။
၉။ အဖွဲ့ဝင်	ဒေါ်စန်းစန်းအောင်	စာကြည့်တိုက်မှူး
၁၀။ အတွင်းရေးမှူး	ဒေါက်တာဦးဝင်းလွင်	ကထိက၊ သွားရောဂါကုဆေးပညာဌာန။
၁၁။ တွဲဘက်အတွင်းရေးမှူး	ကိုအောင်သူဟိန်း	အလုပ်သင်ဆရာဝန်
၁၂။ ဘဏ္ဍာရေးမှူး	ဒေါက်တာဒေါ်မြတ်လေးကို	ကထိက သွားတုဆေးပညာဌာန။
၁၃။ စာရင်းစစ်	ဦးကျင်လှ	ငွေစာရင်းမှူးအဆင့် (၂)

ဂုဏ်ထူးဆောင် စာတည်းအဖွဲ့

၁။ ဂုဏ်ထူးဆောင်စာတည်းမှူးချုပ်	ပါမောက္ခဒေါက်တာဦးကိုကိုမောင် ပါမောက္ခ/ဌာနမှူး၊ မေးရိုးနှင့်ခံတွင်း ခွဲစိတ်ကုပညာဌာန။
၂။ ဂုဏ်ထူးဆောင်စာတည်း (အင်္ဂလိပ်စာ)	ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးပွင့်ဖူး ပါမောက္ခ/ဌာနမှူး၊ သွားရောဂါကု ဆေးပညာဌာန။
၃။ ဂုဏ်ထူးဆောင်စာတည်း (သုတ)	ပါမောက္ခဒေါက်တာဦးသိန်းထွဋ် ပါမောက္ခ/ဌာနမှူး။ သွားကျန်းမာရေးပညာဌာန။
၄။ ဂုဏ်ထူးဆောင်စာတည်း (ရသ)	ပါမောက္ခဒေါက်တာဦးမျိုးဝင်း ပါမောက္ခ/ဌာနမှူး။ ကလေးသွားကျန်းမာရေးနှင့် သွားညှိကုပညာဌာန။
၅။ ဂုဏ်ထူးဆောင်စာတည်း (ပန်းချီ၊ ကာတွန်း၊ ဓာတ်ပုံ)	ဒေါက်တာဒေါ်ဆွေဆွေဝင်း ဘွဲ့လွန်ကထိက/ဌာနမှူး၊ မေးရိုးနှင့်ခံတွင်း ဆေးပညာဌာန။

မြန်မာစာတည်းအဖွဲ့

၁။ စာတည်းမှူး	ဒေါ်ခိုင်ယဉ်ဝင်း	ကထိက/ဌာနမှူး မြန်မာစာတည်း
၂။ အတိုင်ပင်ခံစာတည်း	ဒေါက်တာဒေါ်တင်မြင့်	လက်ထောက်ကထိက သွားရောဂါကုဆေးပညာဌာန
၃။ အတိုင်ပင်ခံစာတည်း	ဒေါက်တာအောင်ဆန်းထက်	မဟာသိပ္ပံပထမနှစ်
၄။ အတိုင်ပင်ခံစာတည်း	ဒေါ်သီသီဝင်း	နည်းပြ၊ မြန်မာစာတည်း
၅။ တာဝန်ခံစာတည်း (သုတ)	ကိုဘုန်းကျော်မြင့်	အလုပ်သင်ဆရာဝန်၊ အကြီးတန်း။
၆။ တာဝန်ခံစာတည်း (ရသ)	ကိုအောင်ဘိုဘိုသန်း	အလုပ်သင်ဆရာဝန်၊ အငယ်တန်း။
၇။ တာဝန်ခံစာတည်း (ကဗျာ)	ကိုသန့်စင်ထွန်း	နောက်ဆုံးနှစ်၊ အကြီးတန်း။
၈။ တာဝန်ခံစာတည်း (ဟာသ)	ကိုကျော်စွာဦး	အလုပ်သင်ဆရာဝန်၊ အငယ်တန်း။
၉။ စာတည်းအဖွဲ့ဝင်	မဖြူဖြူကျော်	နောက်ဆုံးနှစ်၊ အကြီးတန်း။
၁၀။ စာတည်းအဖွဲ့ဝင်	ကိုဝဏ္ဏကျော်	နောက်ဆုံးနှစ်၊ အငယ်တန်း။
၁၁။ စာတည်းအဖွဲ့ဝင်	ကိုခင်မောင်စန်း	စတုတ္ထနှစ်၊ အကြီးတန်း။
၁၂။ စာတည်းအဖွဲ့ဝင်	မဖြူဖြူအောင်	တတိယနှစ်
၁၃။ စာတည်းအဖွဲ့ဝင်	ကိုလှထွဋ်ဝေချို	တတိယနှစ်
၁၄။ စာတည်းအဖွဲ့ဝင်	မပြည့်ပြည့်ကိုကို	ပထမနှစ်

ပန်းချီ၊ ကာတွန်းနှင့် ဓာတ်ပုံစာတည်းအဖွဲ့

၁။ စာတည်းမှူး	ဒေါက်တာဦးဌေးမြင့်ဝင်း	ကထိက၊ သွားတုဆေးပညာဌာန
၂။ အတိုင်ပင်ခံစာတည်း	ဒေါက်တာကျော်ထွေး	မဟာသိပ္ပံပထမနှစ်
၃။ အတိုင်ပင်ခံစာတည်း (ပန်းချီ)	မစိုးခိုင်သက်စု	အလုပ်သင်ဆရာဝန်၊ အငယ်တန်း။
၄။ တာဝန်ခံစာတည်း (ဓာတ်ပုံ)	ကိုသာယာမောင်မောင်	အလုပ်သင်ဆရာဝန်၊ အငယ်တန်း။
၅။ တာဝန်ခံစာတည်း (ဓာတ်ပုံ)	ကိုလွမ်းဝေ	အလုပ်သင်ဆရာဝန်၊ အငယ်တန်း။
၆။ တာဝန်ခံစာတည်း (ကာတွန်း)	ကိုစိုင်းဝန်းမန်းဆိုင်း	အလုပ်သင်ဆရာဝန်၊ အငယ်တန်း။
၇။ စာတည်းအဖွဲ့ဝင်	ကိုဇော်ထိုက်	နောက်ဆုံးနှစ် (အကြီးတန်း)
၈။ စာတည်းအဖွဲ့ဝင်	မယမင်းကိုကို	စတုတ္ထနှစ် (အငယ်တန်း)
၉။ စာတည်းအဖွဲ့ဝင်	မမြတ်မိုးမိုးသင်း	တတိယနှစ်
၁၀။ စာတည်းအဖွဲ့ဝင်	ကိုဆွေသက်အောင်	ဒုတိယနှစ်

အင်္ဂလိပ်စာ စာတည်းအဖွဲ့

၁။	စာတည်းမှူး	ဒေါက်တာဦးအောင်ထန်း	ကထိက၊ သွားရောဂါကုဆေးပညာဌာန။
၂။	အတိုင်ပင်ခံစာတည်း	ဒေါ်ခင်ခင်ဆွေ	ကထိက/ဌာနမှူး၊ အင်္ဂလိပ်စာဌာန။
၃။	။	ဒေါ်တင်နှင်းအောင်	အင်္ဂလိပ်စာဌာန။
၄။	။	ဒေါ်သစ်သစ်ထွန်း	။
၅။	တာဝန်ခံစာတည်း (အင်္ဂလိပ်စာ)	ဒေါက်တာအောင်မိုးလွင်	မဟာသိပ္ပံ၊ ပထမနှစ်။
၆။	စာတည်းအဖွဲ့ဝင်	ကိုညိုမင်းကို	အလုပ်သင်ဆရာဝန်။
၇။	။	စိုင်းနော်ခမ်း	နောက်ဆုံးနှစ်၊ (အငယ်တန်း)
၈။	။	မမြတ်ဆုလွင်	နောက်ဆုံးနှစ် (အငယ်တန်း)

ကြော်ငြာအဖွဲ့

၁။	အတိုင်ပင်ခံ	ဒေါက်တာဦးစိန်ရွှေ	ကထိက၊ မေးရိုးနှင့်ခံတွင်းဆေးပညာဌာန။
၂။	ကြော်ငြာတာဝန်ခံ	ဒေါက်တာသန်းစင်	မဟာသိပ္ပံပထမနှစ်။
၃။	။	ဒေါက်တာသိန်းထွန်းဦး	ကာကွယ်ရေးနှင့်လူထုသွားကျန်းမာရေးဌာန။
၄။	အဖွဲ့ဝင်	ကိုရဲခေါင်	နောက်ဆုံးနှစ် (အကြီးတန်း)
၅။	။	ကိုကျော်ကျော်ဦး	နောက်ဆုံးနှစ် (အကြီးတန်း)
၆။	။	ကိုသံလွင်ရဲမြင့်	နောက်ဆုံးနှစ် (အငယ်တန်း)
၇။	။	မမေမြင့်အောင်	နောက်ဆုံးနှစ် (အငယ်တန်း)
၈။	အတွင်းရေးမှူး	မသိမ့်သိမ့်သန်းဝေ	အလုပ်သင်ဆရာဝန်

ပြန်ကြားရေးအဖွဲ့

၁။	အတိုင်ပင်ခံ	ဒေါက်တာဦးတင်မော်	လက်ထောက်ကထိက၊ ကာကွယ်ရေးနှင့်လူထုသွားကျန်းမာရေးပညာဌာန။
၂။	ပြန်ကြားရေးတာဝန်ခံ	ဒေါက်တာဦးမြတ်ဉာဏ်	ကထိက၊ သွားတုဆေးပညာဌာန။
၃။	အဖွဲ့ဝင်	ကိုမိုးထက်	စတုတ္ထနှစ် (အငယ်တန်း)
၄။	အဖွဲ့ဝင်	ကိုဟန်ထူးလွင်	စတုတ္ထနှစ် (အငယ်တန်း)
၅။	အဖွဲ့ဝင်	ကိုသက်ထူး	စတုတ္ထနှစ် (အငယ်တန်း)
၆။	အဖွဲ့ဝင်	ကိုလင်းထိုက်	တတိယနှစ်
၇။	အဖွဲ့ဝင်	ကိုဝေလင်းအောင်	တတိယနှစ်
၈။	အဖွဲ့ဝင်	နော်ဇော်ဘိုဘို	တတိယနှစ်
၉။	အဖွဲ့ဝင်	ကိုသီဟအောင်	ဒုတိယနှစ်

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်၊
နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ ၂၀၀၄၊
ဂုဏ်ထူးဆောင်စာတည်းအဖွဲ့



ဝဲမှယာ၊ ပါမောက္ခ ဦးမျိုးဝင်း (ဂုဏ်ထူးဆောင်စာတည်း၊ ရသ)၊ ပါမောက္ခ ဦးပွင့်ဖူး
(ဂုဏ်ထူးဆောင်စာတည်း အင်္ဂလိပ်စာ)၊ ပါမောက္ခချုပ် ပါမောက္ခ ဦးဘမြင့် (နာယက)၊
ပါမောက္ခ ဦးသိန်းထွဋ် (ဂုဏ်ထူးဆောင်စာတည်း သုတ)၊ ဒေါက်တာ ဒေါ်ဆွေဆွေဝင်း
(ဂုဏ်ထူးဆောင်စာတည်း၊ ပန်းချီ၊ ကာတွန်း၊ ဓာတ်ပုံ)
မတက်ရောက်နိုင်သူ - ပါမောက္ခ ဦးကိုကိုမောင် (ဂုဏ်ထူးဆောင်စာတည်းမှူးချုပ်)

နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ



ရှေ့တန်းဝဲမှယာ - ဒေါ်မြတ်လေးကို (ဘဏ္ဍာရေးမှူး)၊ ဒေါ်ခိုင်ယဉ်ဝင်း (ဒုဥက္ကဋ္ဌ-၂)၊
ပါမောက္ခချုပ် ပါမောက္ခ ဦးဘမြင့် (နာယက)၊ ပါမောက္ခ ဦးသိန်းကြူ (ဥက္ကဋ္ဌ)၊
ဒေါက်တာ ဦးစိန်မြင့် (ဒုဥက္ကဋ္ဌ-၁)၊ ဒေါက်တာ ဦးဝင်းလွင် (အတွင်းရေးမှူး)
နောက်တန်း ဝဲမှယာ - ဒေါ်စန်းစန်းအောင်၊ ဒေါ်လှလှဝင်း၊ ဒေါက်တာ ဦးကိုကိုမောင်၊
ဒေါက်တာ ဦးရွှေလှိုင်၊ ကိုအောင်သူဟိန်း (တွဲဘက်အတွင်းရေးမှူး)
မတက်ရောက်နိုင်သူများ - ဒေါက်တာ ဦးမြတ်ဉာဏစိုး (အဖွဲ့ဝင်)၊ ဦးကျင်လှ (စာရင်းစစ်)

နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်းကော်မတီ
အတိုင်ပင်ခံ စာတည်းများနှင့် ကဏ္ဍအလိုက်တာဝန်ခံများ



ရှေ့တန်း ဝဲမှယာ - ဒေါက်တာ ဦးစိန်ရွှေ (ကြော်ငြာတာဝန်ခံ)၊ ဒေါက်တာ ဌေးမြင့်ဝင်း (ယန်းချို၊ ကာတွန်း၊ ဓာတ်ပုံ စာတည်းမှူး)၊ ဒေါက်တာ ဦးအောင်ထန်း (အင်္ဂလိပ်စာ စာတည်းမှူး)၊ ဒေါက်တာ ဦးတင်မော် (ပြန်ကြားရေး အတိုင်ပင်ခံ)၊ ဒေါ်ခိုင်ယဉ်ဝင်း (မြန်မာစာ စာတည်းမှူး)၊ ဒေါ်ခင်ခင်ဆွေ (အင်္ဂလိပ်စာ အတိုင်ပင်ခံစာတည်း)၊
နောက်တန်း ဝဲမှယာ - ဒေါက်တာ အောင်ဆန်းထက်၊ ဒေါက်တာ ကျော်ထွေး၊ ဒေါက်တာ အောင်မိုးလွင်၊ ဒေါက်တာ သန့်စင်၊ ဒေါ်တင်နှင်းအောင်၊ ဒေါ်သီသီဝင်း၊
ဒေါက်တာ ဦးမြတ်ဉာဏ်။
မတက်ရောက်နိုင်သူများ - ဒေါက်တာဒေါ်တင်မြင့်၊ ဒေါ်သစ်သစ်ထွန်း၊
ဒေါက်တာသိန်းထွန်းဦး။



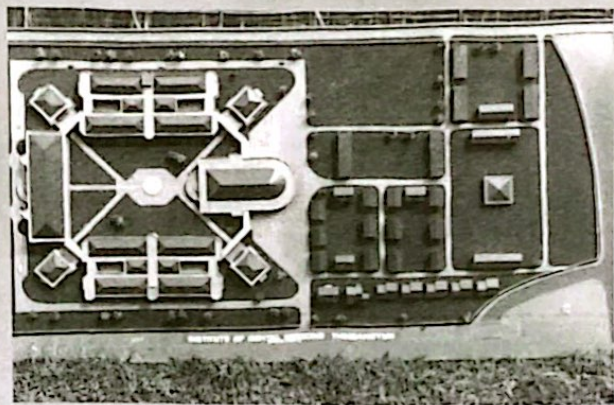
ရှေ့တန်း ဝဲမှယာ - ကိုသာယာမောင်မောင် (ဓာတ်ပုံတာဝန်ခံစာတည်း)၊ ကိုစိုင်းဝန်းမန်းဆိုင် (ကာတွန်းတာဝန်ခံစာတည်း)၊ ကိုလွမ်းဝေ (ဓာတ်ပုံတာဝန်ခံစာတည်း)၊ ကိုညိုမင်းကို (အင်္ဂလိပ်စာ)၊ ကိုဘုန်းကျော်မြင့် (သုတတာဝန်ခံစာတည်း)၊ ကိုကျော်စွာဦး (ဟာသတာဝန်ခံစာတည်း)၊ ကိုအောင်ဘိုဘိုသန်း (ရသတာဝန်ခံစာတည်း)၊
နောက်တန်း ဝဲမှယာ - ကိုစိုင်းနော်ခမ်း၊ ကိုသက်ထူး၊ ကိုဝဏ္ဏကျော်၊ မယမင်းကိုကို၊ မမြတ်ဆုလွင်၊ ကိုကျော်ကျော်ဦး၊ ကိုအောင်သူဟိန်း (တွဲဘက်အတွင်းရေးမှူး)၊
မတက်ရောက်နိုင်သူများ - မသိမ့်သိမ့်သန်းဝေ၊ ကိုသန့်စင်ထွန်း၊ ကိုသံလွင်ရဲမြင့်၊ မမေမြင့်အောင်၊ ကိုခင်မောင်စန်း၊ မဖြူဖြူကျော်၊ ကိုဇော်ထိုက်၊ ကိုမိုးထက်၊ ကိုဟန်ထူးလွင်၊ ကိုလင်းထိုက်၊ ကိုဝေလင်းအောင်၊ မဖြူဖြူအောင်၊ မနော်ဇန်ဘိုဘို၊ ကိုလှထွဋ်ဝေချို၊ မမြတ်မိုးမိုးသင်း၊ ကိုဆွေသက်အောင်၊ ကိုသီဟအောင်။

မှတ်တမ်းတင်နေသော ရုပ်ပုံလွှာများ

ကျောင်းတော်ဟောင်းမှသည် ကျောင်းတော်သစ်ဆီသို့ . . .



မြန်မာနိုင်ငံ၏ ပထမဆုံး သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် (ဗိုလ်ချုပ်လမ်းနှင့် ရွှေတိဂုံဘုရားလမ်းထောင့်)



ဗိုလ်ချုပ်လမ်းဘက်မှ တွေ့ရစဉ်

ကျောင်းအဆောက်အဦသစ် ပုံစံငယ်



ဆရာကြီးဦးအောင်သန်းမှ ရွှေရည်ငွေရည်
ပက်ဖျန်းပေးသော အုတ်မြစ်ချ မင်္ဂလာ



(ဝဲမှယာ) ဆရာကြီးဦးခင်မောင်လေး၊
ဆရာကြီးဦးအောင်သန်းနှင့်၊ ဆရာကြီးဦးဌေးဆောင်။
(အုတ်မြစ်ချ မင်္ဂလာအခမ်းအနား)

မှတ်တမ်းတင်နေသော ရုပ်ပုံလွှာများ

ကျောင်းတော်ဟောင်းမှသည် ကျောင်းတော်သစ်ဆီသို့ . . .



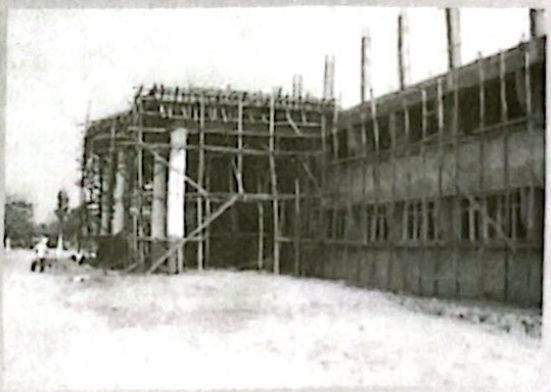
ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးမှ လာရောက်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးစဉ်။



သံသုမာလမ်းပေါ်မှ ပထမဆုံးကျောင်းအဆောက်အအုံသစ်။



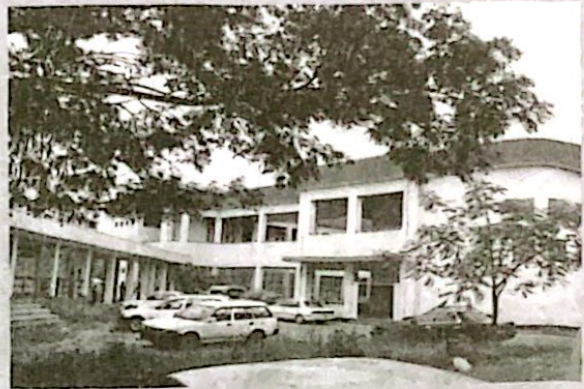
ကျန်းမာရေးဝန်ကြီး၊ ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ကျော်မြင့် လိုအပ်သည်များကို မှာကြားကြည့်ရှုစစ်ဆေးစဉ်။



သင်ကြားရေး ဆေးရုံသစ် အဆောက်အအုံ လုပ်ငန်းခွင်။

မှတ်တမ်းတင်နေသော ရုပ်ပုံလွှာများ

ကျောင်းတော်ဟောင်းမှသည် ကျောင်းတော်သစ်ဆီသို့ . . .



ပန်တင့်လှသည့် ကျောင်းတော်ကြီးနှင့် စာသင်ခန်းမဆောင်သစ်။



မကြာမီ ပြီးစီးတော့မည့် ဆေးရုံသစ်မှန်ဦး . . .



စာသင်ခန်းမဆောင်သစ်၏ တည်ငြိမ်သော အလှ . . .



သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာ၏ သန္ဓေတည်စ လှုပ်ရှားမှုဓာတ်ပုံများ။

မှတ်တမ်းတင်နေသော ရုပ်ပုံလွှာများ အတိတ်၏အရိပ်များ . . .



ပထမဆုံး ပါမောက္ခချုပ်နှင့် ယခု ပါမောက္ခချုပ်



လက်ဆင့်ကမ်း တာဝန်



ရှေးယခင်နှစ်များက ဘွဲ့နှင်းသဘင် အခမ်းအနားတစ်ခုတွင်တွေ့ရသော ဆရာများ။



Prof; Khin Maung Lay Expressing Gratitude to Prof; K. Eto, Dean & Director of Studies, T.M.D.U for Affiliating IDM as the sisters University of T.M.D.U.



ပထမကြိမ် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်အသင်း ညီလာခံ

၅၆ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်သည့်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၀၄

သွားတစ်ချောင်းရဲ့
တန်ဖိုးကို ဂရုပြု
ပေးပါဆရာ

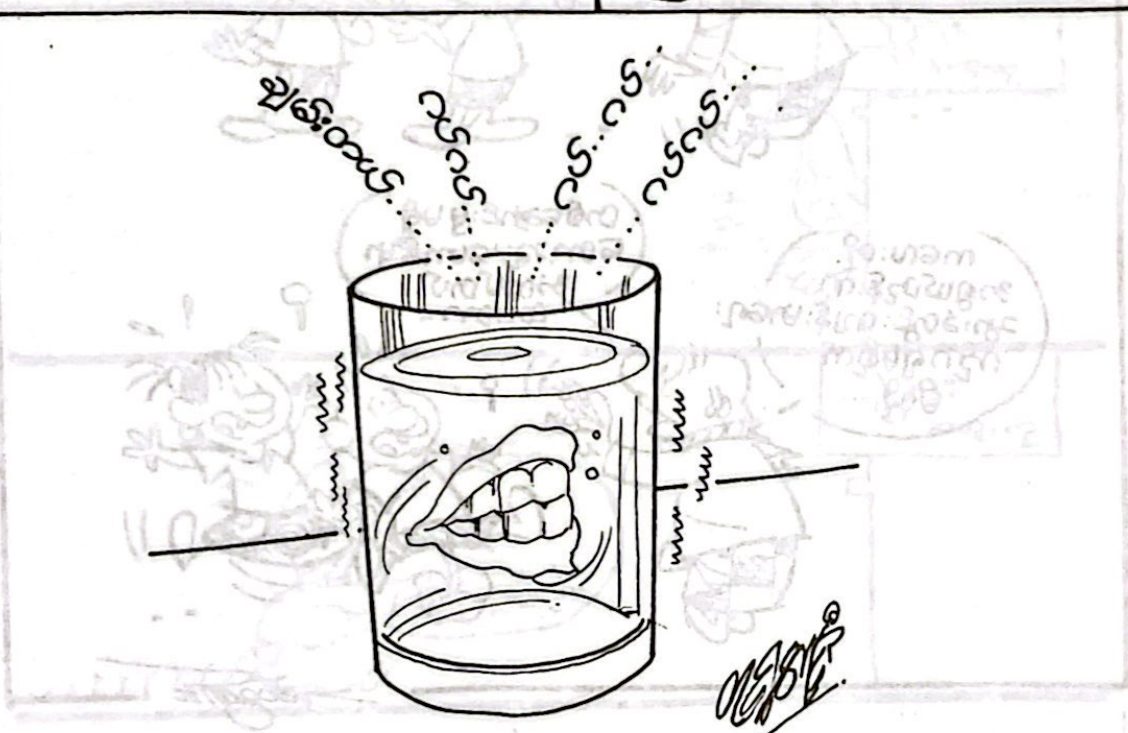


သိချင်မှတ်ထား
သွားတစ်ချောင်းဟာ
နှုတ်ရင် နှစ်ထောင်၊ ခြိုက်ရင်
နှစ်သောင်း

ဟိန်း









၁၅၀၆
၂၀၀၄



သွား
အထူးကု

သွား
အထူးကု

သွား
အထူးကု



သွား
အထူးကု



သွားစိုက်ခဲ အကြွေး -
 မလေးလေးဝါးဝါး ထားပါစေတော့၊
 အကြွေးတောင်းလျက်တိုင်း
 ငါ့စိုက်ခဲလေးလျက်တဲ သွားနဲ့
 ငါ့ကိုပြန်ဖို့ အံ့ဏ်တဲတဲ
 ကိုတော့ ခံစားတယ်..



မောင်မောင် / ၂၀၀၄

ငါ့ဘဝမှာ ဒီလောက်တစ်ဆင့်.
လျှောက်စားခံရတာ ပထမဆုံးရဲ့.
အခုကျင့်ဆဲပဲ

ဒီလိုပါပဲကွာ အချစ်နဲ့ပတ်သက်ရင်
လူတိုင်းနှေးရမှာပဲ..



သိပ်စိတ်ညစ်မနေပါနဲ့.ကွာ
အသံကွဲရောဂါက ဒီလိုပါပဲ-



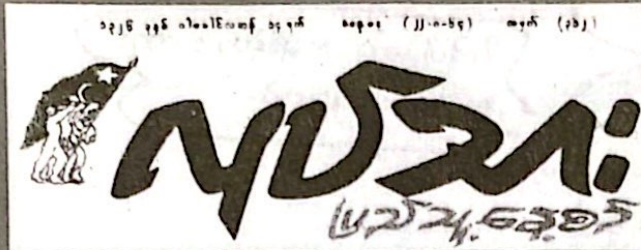
ဟားဟား - ငါကအသံကွဲကွဲတာထက်ဆိုးတဲ့
သွားကွဲကွဲတာကွဲ- မင်းကစွတ်ကုန်တာပဲ
မျှနေတာကိုး



အောင်မြင်စွာ
၁၇/၈/၂၀

သတင်းစာများက ပြောသောသမိုင်း

လုပ်သားပြည်သူ့နေ့စဉ် ၁၃၂၆ ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လဆန်း ၁၄ ရက်၊ စနေနေ့
(၂၂-၈-၆၄) အမှတ် ၃၁၂ မှ ဖော်ပြချက်



မြန်မာ့စာပေ

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးကောလိပ် ကျောင်းသား ၂၀ လက်ခံ သင်ကြားမည် ၇ နှစ် သင်ပြီးလျှင် ဘီဒီအက်(၈) ဘွဲ့ ရမည်

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၂၁ ၊
စံနစ်သစ်ဖြင့် ဖွင့်လှစ်မည့် သွား
ဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်တွင်
တက္ကသိုလ် ဝင်တန်းအောင်မြင်သူ
များ အနက်မှ အောင်လက်မှတ်
ပျမ်းမျှနှုန်း ၄၅ ရာခိုင်နှုန်း ရရှိ
ထား သူ ကျောင်းသားဦးရေ ၂၀
ကို လက်ခံလိမ့်မည် ဖြစ်၏။

ဆေးကောလိပ်သို့ပထမ

တက်ရောက်ခွင့် ရသူများသည်
ပထမ နှစ်နှစ်ကို ရန်ကုန် ဆေး
တက္ကသိုလ်တွင် အပ် ဘီ ဘီ အက်စ်
ဆရာဝန်ဘွဲ့ ရယူရန် တက်ရောက်
ကြသည့်ဆေးကျောင်းသားများနှင့်
အတူပထမနှစ် အပ် ဘီ ဘီ အက်စ်
သင်တန်းသို့ တက် ရောက် သင်
ကြားကြရမည်ဖြစ်၏။ ၎င်း ပထမ
နှစ် အပ်ဘီဘီအက်စ်သင်တန်း နှစ်

နှစ်တက်ပြီး အောင်မြင်ပါက သွား
ဘက်ဆိုင်ရာ ဆေး ကော လိပ်သို့
ကျောင်းသား သင်ကြား ကြရမည်
ဖြစ်၏။ ၎င်း သွားဘက် ဆိုင်ရာ
ဆေးကောလိပ်တွင် သုံးနှစ် သင်
ကြားရမည်ဖြစ်ပြီးအောင်မြင်ပါက
ဆေးရုံများတွင် နှစ်နှစ် အမှုထမ်း
ဆောင်ကြရလိမ့်မည်ဖြစ်၏။ ဆေး
ရုံ များ တွင် နှစ် နှစ် အ လုပ်
တာဝန် ထမ်းဆောင်ပြီးသော အ
ခါ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကော
လိပ်သို့ပြန်လည်တက်ရောက်၍နှစ်နှစ်
တာမျှ ဆက်လက် သင် ကြား ကြ
ရမည်ဖြစ်၏။ ၎င်းနှစ်နှစ်သင်တန်း
ပြီးဆုံး၍ အသွင်ပြင်လျှင် ဘီ-ဒီ-
အက်စ် ဘွဲ့ ကို ရရှိမည် ဖြစ်ပြီး
အပ်-ဘီ-ဘီ-အက်စ် ဘွဲ့ ရ သူ
များနှင့် တန်းတူအဆင့်အမျိုးမျိုး
လိမ့်မည်ဖြစ်ကြောင်းဖြင့်သိရှိရ၏။

သွားဘက်ဆိုင်ရာ တက္ကသိုလ် (ပထမနှစ်)

အပ်အင်န် ၃၀၁-၆၄ မောင်ထွန်း
နောင်။ ဝိုင်အိတ်ချ်အီး ၃၆-၆၄ မဟုန်
ရင်။ ဝီအင်န် ၉၄-၆၄ မခင်စန်းမြင့်။
၁၁၀၄-၆၄ မမြမြ။ ၂၉၀-၆၄ မောင်
ခင်မောင်ဝင်း။ အိုင်အင်န် ၁၆၀၀-
၆၄ မောင်မောင်ဟန်။ ဝိုင် အင်န် ကျ
၁၆၉-၆၄ မောင်သာဇင်။ ၃၁၅၁-
၆၄ မောင်စိုးဝင်း။ ၃၀၉၀-၆၄
ခင်သန်းအေး။ ၃၂၄၀-၆၄ မောင်ခင်
ဇော်။

ဘီအင်န် ၁၀၄-၆၄ ခင်စန်းဝင်း။
အိုင်အင်န် ၆၂၀-၆၄ မောင်ခင်မောင်
ကြီး။ အယ်လ်ကေ ၂၃-၆၄ နောင်ရင်
ခန့်။ ၂၂၃-၆၄ မောင်ခင်အောင်
တင်။ ၃၁၀၄-၆၄ မင်း ကြည်။
၂၄၉၄-၆၄ ရီစလင်ချစ်ကိုကို။
၂၃၂၇-၆၄ ရူဘီဂျီး။ ဘီအင်န်
၄၂၃-၆၄ မောင် မြ သော်။ ဝိုင်
အင်န် ၇၀-၆၄ မောင် ကြည် မင်း။
အပ်န် အိတ် ချ ၂၀-၆၄ မ နွဲ့ နွဲ့ ရီ။

စာမျက်နှာ	စာမျက်နှာ	စာမျက်နှာ
၁။ ဆေးတက္ကသိုလ်အမှတ် ၁။ ရန်ကုန် ၂၄၅	၂။ ဆေးတက္ကသိုလ် အမှတ် ၂။ မင်္ဂလာဒုံ ၆၀	၃။ ဆေးတက္ကသိုလ် မန္တလေး ၇၅
၄။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ် ၂၀	၅။ ရန်ကုန် စပျာဗုဒ္ဓဆေးကောလိပ်	

၁၂၇၅ ခုနှစ်တည်ထောင်သည်
Established 1914

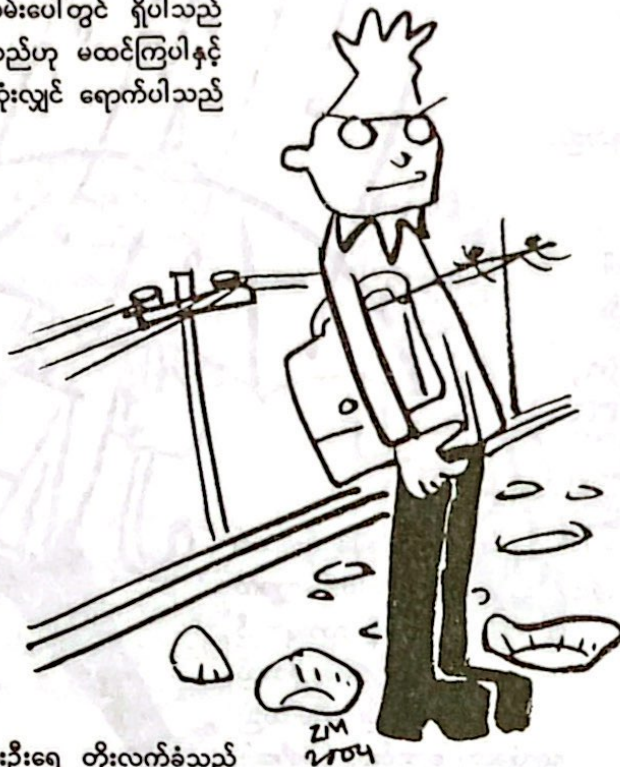
Scanned with
 CamScanner™

သွားတက္ကသိုလ်

သင်ပုန်းကြီး

သံသုမာမီးခဲ

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်
သံသုမာလမ်းပေါ်တွင် ရှိပါသည်
ဝေးသည်ဟု မထင်ကြပါနှင့်
(၃၉) အဝါ ဂိတ်ဆုံးလျှင် ရောက်ပါသည်



ကျောင်းသားဦးရေ တိုးလက်ခံသည်
နေရာမရမှာ စိတ်မပူကြပါနှင့်
အဆောက်အဦသစ် ထပ်ဆောက်နေသည်
လကမ္ဘာသွင် ကျောင်းအဝင်လမ်းကတော့
ထုံးစံအတိုင်းပါပဲ



ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင် စိမ်းလန်းရေး
သစ်ပင် စိုက်ပျိုးပေးနေပါသည်
စိမ်းတော့ စိမ်းလန်းပါသည်
အကောင်ရှည်ကိုတော့ ကြောက်မိပါ၏

စားသောက်ဆိုင်တွေလည်း တိုးချဲ့နေသည်
 စားစရာ အမျိုးအမည်
 များများ စားရတော့မည်
 တိုးလာမည့် ယင်ကန္တာကို သတိပြုပါ
 စားပွဲထိုးလည်း များများထားကြပါဦး



ယခုနှစ် မိုးများ၏
 မိုးသည်းလျှင် ကော်ရစ်ဒါတစ်လျှောက်
 ထီးမိုးလို့ သွားရသည်
 မိုးပက်တော့ ရေစိုသည်
 ရေလည်း ယိုပါသည်
 ရေလျှံတော့ ကောင်းတဲ့ နိမိတ်ပေါ့



အဆင့်မြင့်အိမ်သာ ရှိသည်
 သာလည်း သာသည်
 ဘိုထိုင်လည်း ရှိသည်
 ပိုက်ကလည်း ပျက်သည်
 ရေကလည်း မလာပါ
 သို့သော် ကြမ်းပြင်မှာ
 ဒီရေ တက်နေပါသည်

ကျောင်းသား ကျောင်းသူတွေ
 ရှိုးအပြည့်ဖြင့်လာကြသည်
 ကျောင်းအဝင် လမ်းအကွေ့မှာ
 'ရွှေစက်'တွေနှင့် တွေ့လို့
 ခြေဆေးဖို့ အလှအယက် ပြေးဝင်ကြသည်
 မြေကြီးနှင့်နီးသော ဆရာဝန်များပါတကား

ကျောင်းပေါ်အတက် လှေကား ရေရွဲသည်
 အတက်အဆင်း ချောင်းဖြစ်နေပြီ
 ကောင်းကောင်း ဆင်းတက်ကြ
 ကြောင်လျှောက်လျှောက်ပြီး သွားကြ
 ဗိုင်းခနဲ ချော်မလဲအောင်
 ဣန္ဒြေကို ထိန်းသိမ်းကြ



ကျောင်းသားအချို့ ဂိုက် (Guide) ငှား၍
 စာအံကြသည်။ ကျောင်းသူအချို့လည်း
 ဂိုက် (Guide) ငှားကြပါသည်
 တတ်မတတ်တော့ မသိပါ
 ဂိုက် (Guide)ကတော့ အိတ်ဖောင်းသွားပါပြီ

ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ထိန်းသိမ်းကြမည်
 ကြီးကြပ်နေကြပါပြီ
 အကွဲအပြဲလည်း ရှောင်မည်
 အကြောင်အကျားလည်း ရှောင်မည်
 သရုပ်ဖျက် စွန့်ပစ်ကြပါစို့။



ဆပ်ပလီ (supple) ခြောက်လဖြစ်တော့မည်
 အစွမ်းကုန် ကြိုးစားကြ၏
 အစွမ်းကုန် စာဖတ်ကြ၏
 အစွမ်းကုန် လေ့လာကြ၏
 အစွမ်းကုန် ဆည်းပူးကြ၏
 အစွမ်းကုန် ဂစ္ဆာမိ
 ဒါ သင့်ကျောင်းတော်
 လာလေ... လာလေ...လေ... လေးလေးဟေး

သံသုမာမီးခဲ



ချစ်သူနှင့်မာန တန်ခူးဖြူ

ချစ်သူမျက်နှာ
ကြည်သာသာကို
နှလုံးသားမှာ ထင်
ရင်မှာစွဲဟပ်
မွန်းကြပ်ပြည့်သိပ်
အလွမ်းစိတ်ဖြင့်
ငိုချင်သော်လည်း
ဟန်ဆောင်အပြုံး
ပုံးထားသည်က
မွေးကတည်းက
ငါ့မာန။

ချစ်သူအမှား
ငါသိထား၍
သူ့အတွက်ကို
ဆုံးမစာလွှာ
ပါးချင်ရှာ၍
စာပေါင်းများစွာ
ရေးမိပါလည်း
တစ်စောင်သော်မျှ
မထည့်သည်က
မွေးကတည်းက
ငါ့မာန။

ချစ်သူ့ကို
ငယ်ကချစ်ဖူး
အချစ်ဦးမို့
သက်ဆုံးထိတိုင်
ချစ်မယ်ရည်စူး
စိတ်ရွယ်ကူးလည်း
ပုံးကွယ်ဆန္ဒ
နှုတ်ခမ်းဝက
မပြောခဲ့သည်က
မွေးကတည်းက
ငါ့မာန။
သို့ပင်ဖြစ်စေ
ချစ်သူရေ
ငါ့ရဲ့အချစ်ဆုံး
တစ်ဘဝလုံးမှာ
မင်းတစ်ယောက်သာ
ဖြစ်ရစေမှာ
ဒါကိုတော့လေ
သက်ငယ်ချစ်ဦး
မစူးစမ်းနဲ့
အကြွင်းမဲ့ယုံနော်.....

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်၊ ပုဒ္ဓဘာသာအသင်း လှူပံ့ရှားမှုမှတ်တမ်းများ

သာဓု သာဓု သာဓု . . .

စစ်ကိုင်းမြို့၊ ရွှေမင်းဝံရပ်၊ ဟံသာသီရိ ဘာဝနာရာမကျောင်းတိုက်၊
ရွှေတောင်ဦး တိုက်သစ်အတွင်း၌ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်များ ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းခဲ့ကြသည့်
ကျောင်းဆောင်များကို ကြည်ညိုသဒ္ဓါပွားများဖွယ် တွေ့ရစဉ်။

ကျောင်းဒါယကာ
ဒေါက်တာ
ဝင်းမောင်မောင်
ကျောင်းဒါယိကာမ
ဒေါက်တာ ခင်လဲ့လဲ့
သမီး မအေးမြတ်မွန်
သား
မောင်အောင်ကျော်သူ
တို့၏ အလှူဒါန
သဒ္ဓမ္မသီရိ
ကျောင်းဆောင်
သဒ္ဓမ္မသီရိကာရီ
ကမ္မဋ္ဌာန်းကျောင်းဆောင်



ကျောင်းဒါယကာ
ဒေါက်တာ
မောင်မောင်ဝင်း
ကျောင်းဒါယိကာမ
မအုန်းအုန်း
သမီး ကေသီတာခိုင်
မိသားစု အလှူဒါန
'အနန္တဂုဏ်ရည်
ခါတော်မီဝါဆိုကျောင်း'



သွား ဘက် ဆိုင် ရာ ဆေး တ က္က သိုလ် ၊ ရန် ကုန် ၊

စဉ်လာမပျက်
သင်္ကန်းဆက်လို
မြတ်ဝါဆို



စုံဆယ်ဖြာ
လက်မှာမိုး၍



ဆွမ်း
ခဲဖွယ်ဘောစဉ်
ချိုချဉ်ရသာ
မလစ်ဟင်းစေရ



ဗုဒ္ဓ ဘာသာ အသင်း လှုပ်ရှားမှုမှတ်တမ်းများ



လှူကထိန်
မြတ်သင်္ကန်းရယ်နှင့် ...



အာဂုံဆောင်
စာပြန်ပွဲဆုရသူများနှင့်
ဆရာ၊ ဆရာမများ



ကျောင်းသား/သူများ၏
စုပေါင်းဒါန . . .

သွား ဘက် ဆိုင် ရာ ဆေး တ က္က သိုလ် ၊ ရန် ကုန် ၊



အပေါ်ပုံ - မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်များ ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ပွဲ ဆုရကျောင်းသူ/ကျောင်းသားများ။

အောက်ပုံ - ဝါတွင်းကာလ ဥပုသ်နေ့ နံနက်တိုင်း ဝတ်ရွတ်ကြ။



ဗုဒ္ဓ ဘာသာ အသင်း လှုပ်ရှားမှု မှတ်တမ်းများ



၁၉၈၁ ခုနှစ် ပထမအကြိမ် ဒုလဘ ရဟန်းခံပွဲ၊ ချမ်းမြေ့ရိပ်သာကျောင်း
(ဝဲမှ ယာ - ဆဋ္ဌမမြောက် အရှင်မြတ်မှာ ယခု ပါမောက္ခဦးကိုကိုမောင် ဖြစ်၍
အဋ္ဌမမြောက် အရှင်မြတ်မှာ ဒေါက်တာဦးစိန်ရွှေ ဖြစ်ပါသည်။)
ဝဲစွန် ဒေါက်တာ ဦးအောင်မြင့်၊ ယာစွန် ဦးအောင်ကိုး။



၂၀၀၄ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ၇၇



မျှော်လင့်ချက်များနှင့် ကျောင်းအဝင် ...



ကောင်းဆိုးအတွဲ လုပ်ပေးမယ် ...



ဆောင်းပြောတဲ့သူတွေလည်း မနည်းဘူးကွယ် ...



ခုခံနိုင်မှာတော့ စားမှတယ် ... ဝါးမှတယ်



ဒီကစပြီး ရှေ့ကိုဆက်မယ် ...



သွားဟတာလည်း ကောင်းပါတယ် ... ကောင်းပါတယ်



သမီးတို့ရေ ... ကိုလည်း ကြည့်ပါဦး ...



ဒီထဲကဟာကို ဒီခွက်ထဲထည့် ...

၇၆ သွားကုသမှုဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်မှ နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၁၄



ဒီလို ... ဒီလို ပညာပေးရအောင် ...



ဘဝထဲက အလှ



အတင်းပြောတဲ့သူတွေလည်း မနည်းဘူးကွယ် ...



နားချိန်မှာတော့ စားမှဘဲ ... ဝါးမှဘဲ



သမီးတို့ရေ ... ကြီးပြီးကိုလည်း ကြည့်ပါဦး ...



ဒီလို ... ဒီလို ပညာပေးရအောင် ...



မျှော်တော်ယောင်ဘဝက လွတ်ရင်ပြီ ...

၂၀၁၄ ခုနှစ် ဇူလိုင်လ ၁ ရက်နေ့ သို့သော် မှတ်တမ်းမရှိပါ။ ၇၇



သွား ဘက် ဆိုင် ရာ ဆေး တ က္က သိုလ် ၊ ရန် ကုန်



နိုင်ငံတော်မှ ကြီးမှူးကျင်းပသော
စာပေ အနုပညာပြိုင်ပွဲများတွင်
ဗဟိုအဆင့်အထိ ဆုရအောင်မြင်ခဲ့သူများ



တော်သူကို
ချီးမြှောက်သည့်
အစဉ်အလာ . . .



၇၈ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် မှီလည်မဂ္ဂဇင်း၊ ၂၀၀၄

စာပေနှင့် အနုပညာမှတ်တမ်းများ

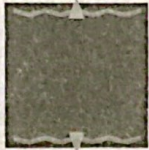


သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် ရန်ကုန် သင်္ကြန်ယိမ်းအဖွဲ့

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၏ တစ်ခုသော အငြိမ်းသဘင်



၂၀၀၄ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်သင်္ကြန်ပွဲဝင်း



သွား ဘက် ဆိုင် ရာ ဆေး တ က္က သိုလ် ၊ ရန် ကုန်

စာ ပေ နှင့် အ န ပ ညာ မှတ် တမ်း များ

ဆရာကောင်း
တပည့်တို့
ယိုးကောင်းယိုး



ကျောင်းသို့ရောက်မှ
ခပ်သိမ်းသူကို
ကြိုဆိုခန်းဆက်



သစ်လွင်တို့
ပျော်ရွှင်စေဖို့



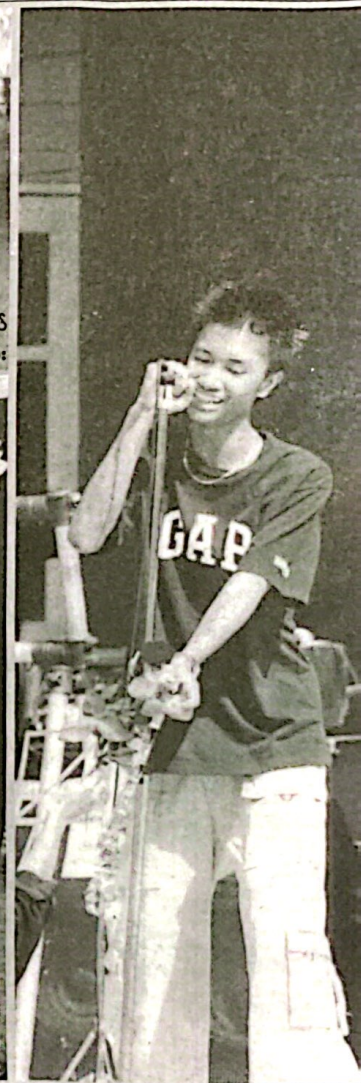
၈၈ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်သည့်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၀၄



သွား/ဆေးတက္ကသိုလ်
သင်္ကြံယမ်း



သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်
ရန်ကုန်
ပြည်သူ့ဆေးရုံနှင့် လှူဒါန်းပြုစု
၁၉၉၉



၂၀၀၄ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေး

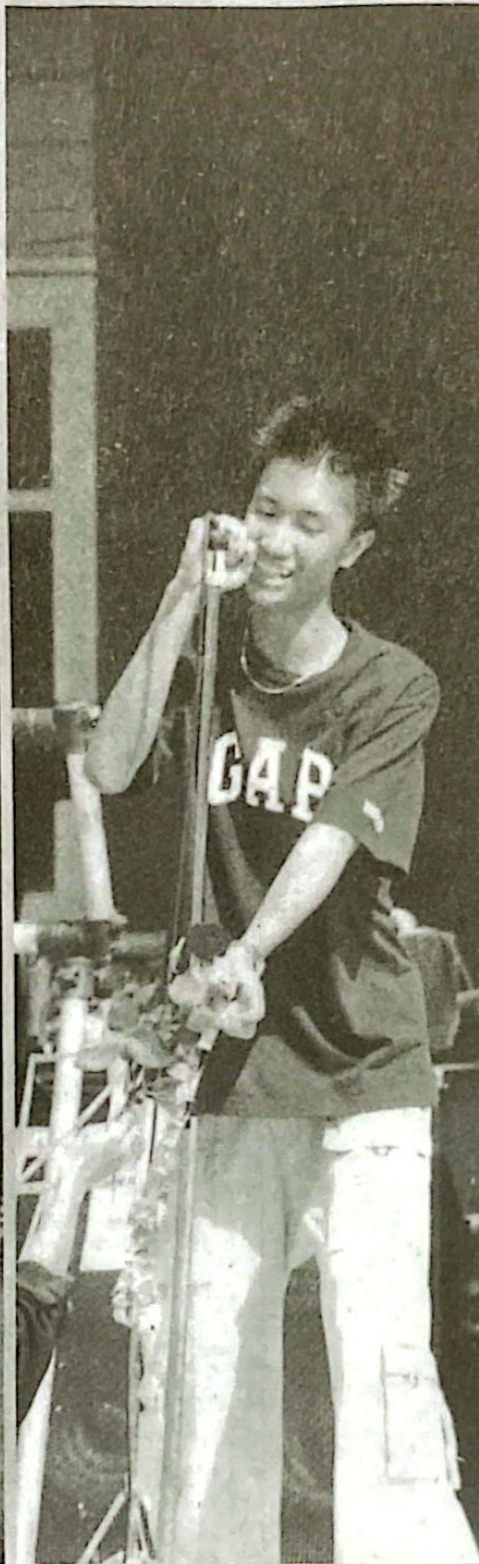
စာပေနှင့် အနုပညာမှတ်တမ်းများ



သွား/ဆေးတက္ကသိုလ်
သင်္ကြန်ယိမ်း

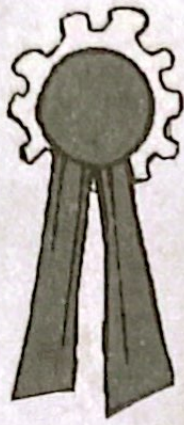


သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်
ရန်ကုန်
မြို့နေကရီနှင့် လှအေမီဖြိုင်ပွဲ
၁၉၉၉



ကိုယ့်
ပရိသတ်ကလည်း
အားပေး

၂၀၀၄ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ၈၁



သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် ၊ ရန်ကုန် ၊



သွားဘက်ဆိုင်ရာ
ဆေးတက္ကသိုလ်
ရန်ကုန်
အားကစား
သမိုင်းအစ



၈၂ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်သည့်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၀၄

အား က စား လှုပ် ရှား မှု မှတ် တမ်း များ



တစ်သက်လုံး
ပျော်ရွှင်ဖို့
သစ်ပင်စိုက်ကြစို့



ပါမောက္ခချုပ်
တံခွန်စိုက်
စားပွဲတင်
တင်းနစ်
စိုက်လှပွဲ
(အပေါ်ပုံ)



ဒိုင်းဆုဆွတ်ခူးခဲ့သည့်
အသင်း
အုပ်ချုပ်သူဆရာနှင့်
အသင်းသားများ

၂၀၀၄ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးကုသမှု နှစ်ထည့်မဂ္ဂဇင်း ၈၃



သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာအကြောင်း တစေ့တစောင်း

ပါမောက္ခ ဒေါက်တာမြင့်နိုင်
ပါမောက္ခချုပ်၊ ငြိမ်း၊

လူတို့သည် နို့တိုအရွယ် လူမမယ်ဘဝမှ လွန်မြောက်၍ သွားပေါက်လာ ချိန်မှ အစပြုကာ သွားများကို အသုံးပြုကြရတော့သည်။ မိမိတို့ ကြိုက်နှစ် သက်ရာ အစားအစာများကို စားသုံးကြရာတွင် အသား၊ အသီးအရွက်၊ အချို၊ အချဉ်၊ အဆီ၊ အဆိမ့်၊ အငန်၊ အစပ် စားကောင်းသည့် အစားအစာ မှန်သမျှ စားကြသည်။ စားသည်ဆိုလျှင်ပင် သွားများကို အသုံးပြုကြရလေ သည်။

သွားများကို ဂရုစိုက်သူ နည်းလှသည်။ ဂရုစိုက်သည်ဆိုဦးတော့ အမြဲတစေ အသုံးပြုနေရသည့်သွားသည် ကြာလာတော့လည်း အနည်းနှင့် အများဆိုသလို ရောဂါမျိုးစုံဖြစ်လာရသည်။ ထိုအခါ အချိန်မီ ပြုပြင်ကုသနိုင် ကြမည်ဆိုလျှင် အကျိုးရှိသော်လည်း အချိန်မီ ပြုပြင်ကုသမှုမခံယူဘဲ လျစ်လျူ ရှုထားပါမူကား အကျိုးမဲ့စရာ ရှိလေသည်။

ထိုအချက်ကို လက်ခံသဘောပေါက်ထားကြသည့် ကမ္ဘာအရပ်ရပ်ရှိ တိုးတက်သောနိုင်ငံများမှ ဆေးသိပ္ပံပညာရှင်ကြီးများသည် သွားများကို ပိုမို ခိုင်ခံ့သန်စွမ်းရန်နှင့် သွားရောဂါ ကင်းဝေးစေရန်အတွက် သွားရောဂါကုနည်း လမ်းများကို အမြဲတစေ ရှာဖွေစူးစမ်းနေကြသည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင်မူ မည်သို့ သော အခြေအနေ ရှိလေသနည်း။ ရာခိုင်နှုန်းများစွာသော မြန်မာပြည်သူများ သည် သွားရောဂါဝေဒနာအမျိုးမျိုး စွဲကပ်နေကြသည်မှာ ယုံမှားဖွယ်ရာ မရှိချေ။ သွားရောဂါဝေဒနာရှင်များ များပြားလျက်ရှိသည်ဟူသော အချက်ကို လည်း ယုံမှားသံသယရှိစရာ မလိုချေ။ အဘယ်ကြောင့် များပြားနေရသနည်း ဟု လေ့လာကြည့်လျှင် လူအများစုသည် (Oral Hygiene) ဟုခေါ်သော ခံတွင်းကျန်းမာရေးကို ဂရုမစိုက်၍သော်လည်းကောင်း၊ သွားများကိုကြိုတင် စစ်ဆေးပြီး ကာကွယ်ကုသမှု အလေ့အကျင့် မရှိ၍သော်လည်းကောင်း၊ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးပညာဗဟုသုတ နည်းပါး၍သော်လည်းကောင်း ဖြစ်နိုင်ပေသည်။ ပြန်၍စိစစ်လိုက်သည့်အခါ 'အရာအားလုံးဟာ အကြောင်း

အရင်းတစ်ခုထဲက မြစ်ဖျားခံလာတယ်။ အဲဒီ အကြောင်းအရင်းကတော့ မြန်မာနိုင်ငံမှာ သွား ဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာရပ် တတ်မြောက်ကျွမ်း ကျင်သူဦးရေ အလွန်နည်းနေလို့ပဲ'ဟု မြန်မာနိုင်ငံ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးလောက၏ ဖခင်ကြီး ပါမောက္ခဦးအောင်သန်း ရှင်းပြနေပုံကို မြင် ယောင်မိသေးသည်။ ဆရာကြီးက သူလေ့လာ သိရှိထားသမျှကို လက်ဆင့်ကမ်း ပြောပြခဲ့သည် မှာ ဗဟုသုတဖြစ်ဖွယ်လည်း ကောင်း၏။ စိတ်ဝင် စားဖွယ်ရာလည်း ကောင်း၏။ မှတ်သားထားဖွယ် ရာလည်း ကောင်းပါပေ၏။

မင်းတုန်းမင်းလက်ထက်က နိုင်ငံခြားသား ပညာရှင်တစ်ဦးထံမှ သင်ကြားတတ်မြောက်ခဲ့ သည့် ပုဂ္ဂိုလ်၏ အဆက်အနွယ်ထဲမှ ဦးထောင် ဗိုလ်ဆိုသူသည် သွားစိုက် ဆိုင်တစ်ဆိုင် ဖွင့်လှစ်ခဲ့ ဖူးသည်။ ဦးထောင်ဗိုလ်မှလွဲ၍ ကျန်သွားကု ဆရာများသည် ရိုးရာလက်ဆင့်ကမ်းပညာ ပေးခဲ့ ကြသည့် နိုင်ငံခြားသား သွားစိုက်ဆရာများသာ ဖြစ်ကြသည်။ သူတို့သည် ပြည်သူလူထုအား အကျိုးပြုခဲ့သည် မဟုတ်ပေ။ မြို့ပေါ်နေ လူတစ်စု နှင့် ငွေရှင်ကြေးရှင်များကိုသာ အများဆုံး ကုသ ပေးခဲ့ကြသည်။ ကုသပေးရာတွင်လည်း ငွေရ လျှင်ပြီးရော သဘောမျိုးဖြင့် သွားအကောင်းများ ကို နုတ်ပေးသည်။ သွားများကို တိုက်စား၍ ရွှေကွပ်ပေးသည်။

ကျွမ်းကျင်သော သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေး ပညာရှင်များ ရှားပါးမှုကို အခွင့်ကောင်းယူ၍ သွားပိုးချဆရာ လူလိမ်များကလည်း လူထုကို လှည့်စားကြပြန်သည်။ မြို့ဖျက်ခရမ်းခေါ် ခရမ်း ကတော့စေ့ကို ဖယောင်းဖြင့်လုံးကာ ပိုးချပေးကြ သည်။ တကယ်တော့ ဘာပိုးမှ ကျသည်မဟုတ်။



သက်သက် မျက်လှည့်ပြ လိမ်ညာခြင်းဖြစ်ပေသည်။

မြန်မာနိုင်ငံ ပထမဆုံးသွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ကို ပြပါဟုဆိုလျှင် လွတ်လပ်ရေးမရမီက ဘုရင်ခံအတွက် ထားရှိသော ဒေါက်တာ ဒရန်ကော (Dr. Drankall) ဆိုသူကို ပြရပေလိမ့်မည်။ မြန်မာလူမျိုးထဲမှဆိုလျှင် ဗိုလ်မှူးအုန်းမောင် ဆိုသူသည် နိုင်ငံခြားမှ ပညာသင်ကြားခဲ့ပြီး ပထမဦးဆုံး (L.D.Sc) လက်မှတ်ရသူဖြစ်သည်။ သူသည် ၁၉၃၁ ခုနှစ်တွင် စနစ်တကျ ဆေးခန်းဖွင့်၍ ဆေးကုသခြင်း ပြုခဲ့လေသည်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာကို သင်ကြားအောင်မြင်ခဲ့သူ မရှိသလောက် ဖြစ်ခဲ့ခြင်းကြောင့် မြန်မာနိုင်ငံ၏ သွားကုသမှု အဆင့်အတန်းသည် မမြင့်မားခဲ့တော့ပေ။ လွတ်လပ်ရေးရပြီးနောက်ပိုင်း အိန္ဒိယမှ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်အချို့ကို ကန်ထရိုက်စနစ်ဖြင့် ငှားရမ်း အသုံးပြုခဲ့သေး၏။ သို့သော်လည်း 'ဆင့်ပါးစပ် နှမ်းပက်သလို'သာ ရှိချေသည်။

၁၉၆၂ ခုနှစ် တော်လှန်ရေးအစိုးရ တက်လာသည့်အချိန်မှာပင် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ဦးရေမှာ အလွန်အလွန် နည်းပါးလှသေးသည်။ ထို့အတွက် အစိုးရအနေဖြင့် ပြည်သူလူထု၏ သွားရောဂါကို တတ်အားသရွေ့ ကုသပေးနိုင်ရန် ယာယီ အစီအစဉ်တစ်ရပ် ချမှတ်ခဲ့ရသည်။ အစီအစဉ်အရ အမြို့မြို့အနယ်နယ်မှာ ရှိနေသည့် သွားစိုက်ဆရာတွေထဲက သင့်တော်သူများကို ခေါ်ယူ၍ မွမ်းမံသင်တန်းများ ပေးခဲ့သည်။ သင်တန်းအပြီးတွင် သူတို့တစ်တွေကို သွားရောဂါကုသခွင့် လက်မှတ်ရ(C.D.P)အဖြစ်ပေးခဲ့သည်။ အရည်အချင်းပြည့် သွားဆရာဝန်တွေ မွေးထုတ်ပေးဖို့ဆိုသည်မှာ အချိန်များစွာယူရမည် ဖြစ်

သည်။ သို့အတွက် လက်ငင်းပြဿနာကို ယာယီဖြေရှင်းလိုက်သောအခါ တစ်နိုင်ငံလုံးတွင် သွားရောဂါကုသခွင့်လက်မှတ်ရ (C.D.P) ဆရာပေါင်း (၃၂၅)ယောက် ရှိလာပါတော့သည်။ နိုင်ငံရပ်ခြားသို့ သွားရောက်၍ သင်ကြားနေသူ အနည်းငယ်လည်း ရှိပါသည်။ သို့ရာတွင် နိုင်ငံတော်၏ လူဦးရေအရ ဤမျှလောက်သော တိုးတက်မှုကလေးဖြင့် တင်းတိမ်ရောင့်ရဲ၍ မဖြစ်သည်ကို အစိုးရအနေဖြင့် သိမြင်ထားပေသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ၁၉၆၂ ခုနှစ်တွင် မြန်မာနိုင်ငံ၏ လူဦးရေမှာ သန်း(၂၀) မျှသာရှိသေးသည်ဆိုစေ၊ လူဦးရေရှစ်သိန်းတွင် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ပညာကျွမ်းကျင်သူ တစ်ဦးသာလျှင် ရှိနေခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။ ဤအတိုင်းဆိုပါက သွားရောဂါဝေဒနာရှင်ဦးရေမှာ လျော့နည်းသွားစရာ မရှိ၊ တစ်နှစ်ထက်တစ်နှစ် တိုးတက်များပြားလာဖွယ်သာ ရှိနေတော့သည်။

ထို့ကြောင့် အရည်အချင်းပြည့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်များ မွေးထုတ်ပေးနိုင်ရန် တစ်ဆင့်တိုး ကြိုးပမ်းခဲ့ရပြန်သည်။ ယခင်ကကဲ့သို့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာဘွဲ့ဖြစ်သော (Bachelor of Dental Surgery B.D.S) ဘွဲ့ယူရန် အိန္ဒိယပြည်နှင့် အခြားနိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်များသို့ချည်း စေလွှတ်သင်ကြားရန်မှာ ရေရှည်တွင် ဖြစ်နိုင်သည့်ကိစ္စ မဟုတ်ပေ။ သို့ဖြစ်ရာ ၁၉၆၃ ခုနှစ် ဩဂုတ်လ (၁၂)ရက်နေ့တွင် မြန်မာနိုင်ငံ၏ တက္ကသိုလ်အဆင့်အတန်းမီ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်ဖွဲ့စည်းပုံ မူကြမ်းကို သက်ဆိုင်ရာသို့ တင်ပြခဲ့သည်။ ဤသို့ဖြင့် ရွှေတိဂုံဘုရားလမ်းနှင့် ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းလမ်းထောင့်ရှိ ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး၊ ပြင်ပလူနာဌာန အဆောက်အအုံ (ယခု ဆေးသိပ္ပံပညာဦးစီးဌာန)ကို သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ရန် ပြန်လည်ပြုပြင်မွမ်းမံခဲ့သည်။ ၁၉၆၄ ခုနှစ် ဩဂုတ်လအတွင်း အစည်းအဝေးတစ်ခုပြုလုပ်၍ ထိုစဉ်က ကျန်းမာရေးနှင့် ပညာရေးဝန်ကြီး ဒေါက်တာ လှဟန်ကိုယ်တိုင် တက်ရောက်ကာ သွားဘက်ဆိုင်ရာကောလိပ်မှ B.D.S ဘွဲ့ပေးရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့သည်။ ဤသို့ဖြင့် ၁၉၆၄ခုနှစ်တွင် နိုဝင်ဘာလ ရောက်သော် မြန်မာ့သမိုင်းတွင် တစ်ကြိမ်တစ်ခါမှ မပေါ်ပေါက်ဖူးသေးသည့် 'သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးကောလိပ်' (College of Dental Medicine) ကို အောင်မြင်စွာ ဖွင့်လှစ်နိုင်ခဲ့ပါသည်။ ပထမဆုံးသော သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ် ကျောင်းအုပ်ကြီးအဖြစ် မြန်မာနိုင်ငံသွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးလောက၏ ဖခင်ကြီးဒေါက်တာ ဦးအောင်သန်းမှ တာဝန်ယူခဲ့ပါသည်။ စတင်ဖွင့်လှစ်သည့် ၁၉၆၄-၆၅ခု ပညာသင်နှစ်တွင် ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်၊ ပထမနှစ် ၂ပစာ

သိပ္ပံမှ ကျောင်းသား (၁၁) ယောက်၊ ကျောင်းသူ (၉) ယောက်၊ စုစုပေါင်း (၂၀) နှင့် ဒုတိယနှစ် ဥပစာသိပ္ပံမှ ကျောင်းသား (၁၄) ယောက်၊ ကျောင်းသူ (၆) ယောက်၊ စုစုပေါင်း (၂၀) ရွေးချယ်ခဲ့ရာ ကျောင်းသားကျောင်းသူ (၄၀) ရှိခဲ့သည်။ ၎င်းတို့အား သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ် ပထမနှစ်နှင့် ဒုတိယနှစ် သင်တန်းများတွင် ပို့ချပေးခဲ့သည်။ ၁၉၆၅-၆၆ ခု ပညာသင်နှစ်မှ စ၍ နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်း နိုင်ငံတစ်ဝှမ်းလုံးမှ အခြေခံပညာအထက်တန်း စာမေးပွဲ အောင်မြင်ပြီး အဆင့်မီသော ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို လက်ခံသင်ကြားခဲ့ရာ ကျောင်းသားဦးရေမှာ တစ်နှစ်ထက်တစ်နှစ် တိုးတက်လာခဲ့၏။

အဆင့်အတန်းမီသော သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်များ မွေးထုတ်ရာ၌ တာဝန်ယူ သင်ကြားပို့ချပေးနေရသည့် ဆရာများ၏ အရည်အသွေးကို တိုးတက်နေအောင် အမြဲတစေ လုပ်ဆောင်ပေးရလိမ့်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနသည် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့နှင့် ကိုလံဘို စီမံကိန်းတို့၏ အကူအညီဖြင့် သွား/ဆေးကောလိပ်မှ ဆရာများကို သင့်တော်သော နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်များသို့ စေလွှတ်၍ ဘွဲ့လွန်သင်တန်းများ တက်စေခြင်း၊ သင်ပြမှုဆိုင်ရာ နည်းနိဿယသင်တန်းများ တက်စေခြင်းတို့ကို ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ တိုးတက်သော နိုင်ငံများမှ ဆရာများကို လိုအပ်သလို ဖိတ်ခေါ်ကာ သင်ကြားပို့ချပေးစေခြင်းများကိုလည်း ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ အဖက်ဖက်မှ စွယ်စုံရသည့် သွားဆရာဝန်ကောင်းများ ဖြစ်လာစေရန်အတွက် ပြည်သူ့ဘဝနှင့် ပိုမိုနီးစပ်လာစေရန် ၁၉၇၁-၇၂ ခု ပညာသင်နှစ်မှစ၍ နောက်ဆုံးနှစ် ကျောင်းသား/ကျောင်းသူများကို အမြို့မြို့အနယ်နယ်သို့ သွားရောက်၍ ကွင်းဆင်းကုသမှုတို့ကို ပြုစေခဲ့ပါသည်။

၁၉၇၄ ခုနှစ်၊ မတ်လ (၁)ရက်နေ့မှစ၍ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်အား သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် (Institute of Dental Medicine) အဆင့်သို့ တိုးမြှင့်သတ်မှတ်ခဲ့ပြီး ဆရာကြီး ဦးအောင်သန်းသည်လည်း ကျောင်းအုပ်ကြီးအဆင့်မှ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် ပါမောက္ခချုပ် အဖြစ် တိုးမြှင့် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါသည်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် ဖွင့်လှစ်သည်မှ ၁၉၉၇ ခုနှစ်အတိုင်မီအထိ ဘာသာရပ်အချို့အား ဆေးတက္ကသိုလ် (၁)မှ ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ ဌာနမှူးများနှင့် ဆရာ၊ ဆရာမများမှ တာဝန်ယူ သင်ကြားပေးခဲ့သည်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာ သင်ကြားရာတွင် ဆေး (၁)၊ ပြည်လမ်း (လိပ်ခုံး)၊ ဆေး (၁) လမ်းမတော်နှင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်တို့တွင် ဖြန့်၍ ပညာသင်နှစ်အလိုက် သင်ကြားရသည်။ သို့ပါ၍ တစ်နေရာတည်းတွင် မိမိတို့ကိုယ်ပိုင် သင်ကြားရေးဌာနများဖြင့် သင်ကြားနိုင်သော ကိုယ်ပိုင်တက္ကသိုလ်တစ်ခု တည်ဆောက်ရန် လိုအပ်လာပါသည်။ နိုင်ငံတော်ငြိမ်ဝပ်ပိပြားမှု တည်ဆောက်ရေးအဖွဲ့မှ နိုင်ငံတော်တာဝန်အရပ်ရပ်ကို တာဝန်ယူခဲ့ပြီးချိန်တွင် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်သစ် တည်ဆောက်ရေး စီမံကိန်းကို လမ်းညွှန် အကောင်အထည်ဖော်ပေးခဲ့ပါသည်။ တည်ဆောက်မည့် မြေနေရာမှာ သံသုမာလမ်း၊ သယံဇာတ ကျွန်းမြို့နယ်၊ သွပ်ပိုင်းကြီးရပ်ကွက်တွင်ဖြစ်ပြီး မြေနေရာ အကျယ်အဝန်းမှာ ၂၁.၀၉၄ စတုရန်းမီတာ ဖြစ်သည်။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရာတွင် (၂၈၊ ၅၊ ၉၄) နေ့တွင် မြေသန့်မင်္ဂလာပြုလုပ်ခြင်း (၂၉၊ ၅၊ ၉၄) နေ့တွင် အကြံဆေးကုသဆောင် ပန္နက်တင်မင်္ဂလာ ပြုလုပ်ခြင်း (၁၈၊ ၉၊ ၉၄) ရက်နေ့တွင် အုတ်မြစ်စီ မင်္ဂလာပြုခြင်းများဖြင့် စီမံကိန်း အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ၁၉၉၇ ခုနှစ်အစတွင် ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းများ ပြီးမြောက်ခဲ့သည်။

တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ကိုယ်ပိုင်သင်ကြားရေးဌာနများ၊ ဆရာ၊ ဆရာမများဖြင့် ရပ်တည်နိုင်ရန်အတွက် ၁၉၉၄ခုနှစ်တွင် တိုးချဲ့ဖွဲ့စည်းပုံကို တင်ပြခဲ့ရာ (၇၊ ၂၊ ၉၇) ခုနှစ်တွင် ခွင့်ပြုမိန့် ရရှိခဲ့ပြီး သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်သည် သီးခြား တက္ကသိုလ်အဖြစ် ရပ်တည်နိုင်ခဲ့သည်။ ပါမောက္ခချုပ်ရာထူးမှာ ယခင်က ဆေးတက္ကသိုလ် (၁၊ ၂) ပါမောက္ခချုပ်များအောက် တစ်ဆင့် နိမ့်ခဲ့သလို မော်ကွန်းထိန်းရာထူးလည်း မရှိဘဲ လက်ထောက် မော်ကွန်းထိန်းသာ ရှိခဲ့သည်။ ယခု ဖွဲ့စည်းပုံအသစ်တွင် သွား/ဆေးတက္ကသိုလ် ပါမောက္ခချုပ်မှာ ဆေး(၁)၊ ဆေး(၂) ပါမောက္ခချုပ်တို့နှင့် လစာတန်းတူအဖြစ် သတ်မှတ်ခဲ့ပြီး လက်ထောက်မော်ကွန်းထိန်းမှာလည်း မော်ကွန်းထိန်းအဖြစ် တစ်ဆင့်တိုး တာဝန်ယူခဲ့ရပေသည်။ စာရေးသူ ပါမောက္ခချုပ် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေစဉ် ၁၉၉၇ ခုနှစ်၊ မတ်လအတွင်း ယခင်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး၊ ပြင်ပလူနာဌာနတွင် ဖွင့်လှစ်ထားသော သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်အား သံသုမာလမ်း၊ ကျောင်းတော်သစ်ဆီသို့ ပြောင်းရွှေ့ခဲ့ကြသည်။

တက္ကသိုလ်အသစ်သို့ ပြောင်းရွှေ့လာချိန်တွင် ပထမနှစ်သင်တန်း ဘာသာရပ်ဌာနအားလုံး တစ်ချိန်တည်း၊ တစ်ပါတည်း (တိုးချဲ့ဖွဲ့စည်းပုံအရ ကထိက၊ ဌာနမှူးများနှင့် ကျန်ဆရာ၊ ဆရာမများကို ရွေးချယ်ခန့်ထားခဲ့ပြီးဖြစ်ရာ) ပြောင်းရွှေ့လာခဲ့ကြပြီး ဌာနအသစ်များ စတင်ထူထောင်ခဲ့ကြသည်။ လိုအပ်သော သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများ ပြည့်စုံအောင် ရရှိနိုင်ရေးအတွက် စိတ်အားထက်သန်စွာ ဆောက်ရွက်ခဲ့ကြသည်မှာ အလွန်နှစ်ထောင်းအားရဖွယ် ကောင်းလှပေသည်။ တတိယနှစ်နှင့် စတုတ္ထနှစ် သင်ကြားရေး ဆရာ၊ ဆရာမများမှာ ယခင်က ဆေး(၁)ဌာနမှူးများ၏ ကြီးကြပ်မှုအောက်တွင် သင်ကြားခဲ့ကြရာမှ ကျောင်းတော်သစ်ဆီသို့ ပြောင်းရွှေ့လာချိန်တွင် ဌာနမှူးများ၏ တာဝန်ဝတ္တရားများ တိုးတက်ခန့်အပ်ခြင်းခံခဲ့ရလေသည်။ ပဉ္စမနှစ်သင်တန်းတွင် သင်ကြားရသော ကာကွယ်ရေးနှင့် လူမှုဆေးပညာ၊ အထွေထွေဆေးပညာနှင့် အထွေထွေ ခွဲစိတ်ကုပညာတို့တွင်လည်း ယခင်က ဤတက္ကသိုလ်ခန့် ဆရာ/မ မရှိသဖြင့် ဆေး(၁)မှ ဆရာ/မများ မအားလပ်သည့်အခါ သင်ကြားမှု ပျက်ကွက်ခဲ့ရသည်။ ယခုအခါ အထွေထွေဆေး

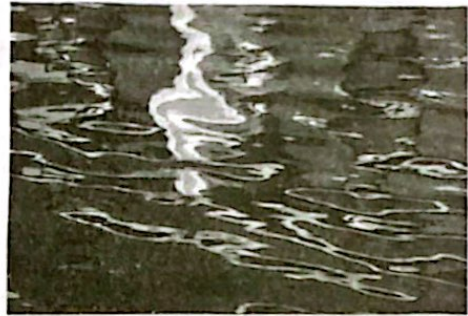
ပညာနှင့် အထွေထွေခွဲစိတ်ကုပညာအတွက် ဤတက္ကသိုလ် တာဝန်ခံ ဆရာ/မများဖြင့် စံပြဆေးရုံကြီး၊ သယံဇာတကျွန်းတွင်လည်းကောင်း၊ ကာကွယ်ရေးနှင့် လူမှုဆေးပညာအတွက် ဤကျောင်းတော်သစ်ကြီး တွင်လည်းကောင်း သင်ကြားပို့ချပေးလျက်ရှိသည်။ ဌာနအသစ်များမှ ဌာနမှူးများအဖြစ် စတင်တာဝန်ယူခဲ့ကြရသည့် ဆရာ၊ ဆရာမများသည် ယခင် ဆေးပညာရေးအဖွဲ့ဝင်များနှင့်အတူ တပေါင်းတစ်စည်းတည်း ပညာရေးအဖွဲ့ဝင်များ ဖြစ်လာကြရာ မှတ်တမ်း တင်အပ်ပေသည်။ အထက်ပါ ဖြစ်ရပ်များသည် စာရေးသူပါမောက္ခချုပ် တာဝန်ထမ်း ဆောင်စဉ်ကာလအတွင်း အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခွင့်ရရှိခဲ့ရာ ဝမ်းမြောက်ဂုဏ်ယူမိပါသည်။

ကျန်စီမံကိန်းများ လျာထားချက်အတိုင်း ဆက်လက် ဆောင်ရွက် ခဲ့ရာ ပါမောက္ခချုပ် ဒေါက်တာပိုင်စိုး လက်ထက်တွင် အဆောက်အဦ အချို့ ထပ်မံဆောက်လုပ်ပြီးစီးခဲ့ပြီး စံပြဆေးရုံတွင် ခေတ္တယာယီ ဖွင့်လှစ် ထားသည့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးလက်တွေ့ဘာသာရပ်ဌာနများကို သံသရာလမ်း ကျောင်းတော်သစ်ကြီးဆီသို့ ပြောင်းရွှေ့နိုင်ခဲ့ကြသည်။ ပါမောက္ခချုပ် ပါမောက္ခဆရာကြီး ဦးအောင်သန်းနောက် အစဉ်အဆက် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ပါမောက္ခချုပ်များအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ကြ သူများမှာ ပါမောက္ခ ဦးခင်မောင်လေး၊ ပါမောက္ခ ဦးဌေးဆောင်တို့ ဖြစ်ပြီး၎င်း ပါမောက္ခချုပ်သုံးဦးမှာ ဆေးပညာဘွဲ့နှင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာဘွဲ့များ ပူးတွဲရရှိထားသူများ ဖြစ်သည်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာဘွဲ့များသာ ရရှိထားပြီးသူများမှ (အစဉ်အဆက်) ပါမောက္ခ ချုပ် ဖြစ်လာသူများမှာ ပါမောက္ခ ဦးမြင့်နိုင်၊ ပါမောက္ခဦးပိုင်စိုးနှင့် လက်ရှိပါမောက္ခချုပ် ပါမောက္ခဦးဘမြင့်တို့ ဖြစ်ကြပေသည်။

ရန်ကုန်သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်မှ မွေးထုတ်ပေးခဲ့သူ ပါမောက္ခ ဦးမြသော်မှာ ၁၉၉၈ခုနှစ်တွင် ဖွင့်လှစ်သော သွားဘက်ဆိုင် ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး၏ ပထမဆုံး ပါမောက္ခချုပ် ဖြစ်လာခဲ့ပေ သည်။

ယခုအခါ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်တွင် ဘီဒီ အက်စ်ဘွဲ့၊ ဘွဲ့လွန်ဒီပလိုမာ (Dip.D.Sc)၊ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာ မဟာသိပ္ပံဘွဲ့ (M.D.Sc) စသည့်ဘွဲ့များအပြင် ပါရဂူဘွဲ့၊ (Dr.D.Sc) ဘွဲ့များကို သင်ကြားပို့ချပေးနိုင်ပြီဖြစ်ရာ မြန်မာနိုင်ငံ၏ သွားဘက် ဆိုင်ရာ ဆေးပညာအဆင့်အတန်းသည် တဖြည်းဖြည်း တိုးတက်မြင့်မား လာလေပြီ။ တက္ကသိုလ် စတင်ဖွင့်လှစ်ချိန်မှ ယနေ့အထိ သွားဘက်ဆိုင် ရာ ဆရာဝန်ပေါင်း(၁၄၇၈)ဦး မွေးထုတ်ပေးခဲ့ပြီဖြစ်ရာ ရွှေရောင်လွမ်း သော အနာဂတ်သည် မိမိတို့နှင့် အလှမ်းမဝေးလှတော့ပေ။ သွားဘက် ဆိုင်ရာ ဆေးကျောင်းသားကျောင်းသူများအနေဖြင့်လည်း နောင်အနာ ဂတ်ကာလတွင် ပြည်သူလူထုကို အလုပ်အကျွေးပြုမည့် လူချွန်လူ ကောင်း သွားဆရာဝန်များဖြစ်လာကြပြီး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သော မြန်မာ နိုင်ငံ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးလောကကို တစ်ခေတ်ဆန်းသစ်စေနိုင်ကြ မည်ဟု များစွာ မျှော်လင့်မိပါသည်။ ■

ပါမောက္ခ ဒေါက်တာမြင့်နိုင်
ပါမောက္ခချုပ်၊ ငြိမ်း၊



ပြောင်းလဲခြင်း များစွာ ဇေယျာလင်း

မိုးတိမ်လေးတွေကို
ကောင်းကင်ကြီးက
ပွေ့ပိုက်လိုက်တဲ့အခါ
မိုးစက်ကလေးတွေအဖြစ်
ပြောင်းလဲသွားကြတယ်။

မိုးစက်ကလေးတွေကို
အိမ်ခေါင်မိုးနဲ့
သစ်ရွက်လေးတွေက
ပွေ့ပိုက်လိုက်တဲ့အခါ
စည်းဝါးသံစဉ်တွေအဖြစ်
ပြောင်းလဲသွားကြတယ်။

စည်းဝါးသံစဉ်တွေကို
စန္ဒယားတစ်လုံးက
ပွေ့ပိုက်လိုက်တဲ့အခါ
သီချင်းတစ်ပုဒ်အဖြစ်
ပြောင်းလဲသွားကြတယ်။

သီချင်းတစ်ပုဒ်ကို
နှလုံးသားက ပွေ့ပိုက်လိုက်တဲ့အခါ
သတိရလွမ်းဆွတ်ခြင်းအဖြစ်
ပြောင်းလဲသွားတော့တယ်။ ■

ကဘော်ချိုင့်ဝှမ်းသို့ ခရီးတစ်ခေါက်

ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးပိုင်စိုး

ပါချုပ်-ငြိမ်း၊

ကျွန်တော့်အား ပါမောက္ခဦးသိန်းကြူမှ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်၏ နှစ် (၄၀) မြောက် မဂ္ဂဇင်းအတွက် စာမူတောင်းသောအခါ ကျွန်တော့်အနေဖြင့် အငြိမ်းစားယူပြီးဖြစ်၍ အတော်အသင့် အားလပ်နေသည့်အချိန်ဖြစ်ရာ ရှေးဟောင်းနှောင်းနှောင်း အတွေ့အကြုံတစ်ခုကို ရေးသားရန် စိတ်ဝိုင်းဖြတ်လိုက်ပါသည်။ ကျွန်တော်သည် ၁၉၇၀ ခုနှစ်မှစပြီး တက္ကသိုလ်၌ သရုပ်ပြဆရာအဖြစ် စတင်တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ရသည့်အတွက် ဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများအနက် စာတတ်မြောက်ရေးကိုသာ အဓိကထား ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ ကျောင်းဆရာအဖြစ် လုပ်သက်တစ်လျှောက် မြန်မာနိုင်ငံ၏ စာတတ်မြောက်မှုကို တိုးတက်မြှင့်တင်ရေးအတွက် သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေး တက္ကသိုလ်အနေဖြင့် တတပ်တအား ပါဝင်လှုပ်ရှားခဲ့ပုံများကို ဖော်ပြလိုပါသည်။ ဤစာမူကိုရေးနေသည့် စက်တင်ဘာလ (၈) ရက်နေ့သည် တိုက်တိုက်ဆိုင်ဆိုင် နိုင်ငံတကာ စာတတ်မြောက်ရေးနေ့ ဖြစ်နေပေသည်။ မြန်မာလူမျိုးများသည် ပင်ကိုအားဖြင့် ပညာကို တန်ဖိုးထားလေးစားမြတ်နိုးသူများ ဖြစ်ကြသည်။ နှစ်ပေါင်းထောင်ချီသော သမိုင်းစဉ်တစ်လျှောက် ယဉ်ကျေးမှုအဆင့်အတန်း မြင့်မြင့်မားမား ရှိခဲ့ကြသည်။ ကိုလိုနီလက်အောက်ကျရောက်ခဲ့သည့် ၁၈၈၆ ခုနှစ်တွင် မြန်မာတို့၏ စာတတ်မြောက်မှုနှုန်းမှာ ၈၆% ခန့်ရှိခဲ့သည်။ လွတ်လပ်ရေး ရရှိသည့် ၁၉၄၈ ခုနှစ်တွင် စာတတ်မြောက်သူ ၃၅% သာ ရှိတော့သည်။ တနည်းအားဖြင့် စာမတတ်သူ ၆၅% ရှိနေသည့် သဘောပင်ဖြစ်သည်။ ထိုအဆင့်မှ ၁၉၆၃ ခုနှစ်တွင် စာမတတ်သူ ၄၃%၊ ၁၉၈၃ ခုနှစ်တွင် စာမတတ်သူ ၂၁.၃% အထိ ကျဆင်းသွားအောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့သည်။ စာတတ်မြောက်ရေးလုပ်ငန်းကို လူထုလှုပ်ရှားမှုအသွင်ဖြင့် ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်းကြောင့် စာတတ်မြောက်သူ ၇၈.၇၇% အထိ ပြန်လည်တိုးတက် မြင့်မားလာခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့်ပင် ၁၉၇၁ တွင် ‘မိဟာမက်ရီဇာ ပါလာဗီ’ စာတတ်မြောက်ရေးဆိုကို မြန်မာနိုင်ငံအား ချီးမြှင့်ခဲ့ပြီး ၁၉၈၃ ခုနှစ်တွင် ကုလသမဂ္ဂယူနက်စကို အဖွဲ့ကြီးက ချီးမြှင့်သော ‘နီမာ’ဆိုကို ရရှိခဲ့ပြန်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံသားတို့အတွက် ဝမ်းမြောက်ဂုဏ်ယူ ဖွယ်ရာဖြစ်ပါ၏။

‘ဝ၊ ထ၊ က၊ လ၊ သ’

‘ဝ၊ ထ၊ က၊ လ၊ သ’ စာချပေးသံနှင့်အတူ လူတစ်ခုက လိုက်ဆိုနေသံများကိုပါ ညံ့နေအောင်ကြားရသည်။ ‘ကဲတစ်ယောက် ‘ထ’ပြပါ၊ ‘နောက်တစ်ယောက် ‘က’ ပြပါဦး’ စသည်တို့ကိုလည်း ကြားနေရပါသည်။

အချိန်ကား နွေဦးကာလ၊ တပေါင်းလကုန်ခါနီး ၁၉၈၂ ခုနှစ်ဆက် ဖြစ်ပါသည်။ နေရာကား မြန်မာပြည်၏ အနောက်မြောက် ကဘော်ချိုင့်ဝှမ်းဒေသဖြစ်ပြီး တမူးမြို့နယ်၏ ခမ်းပတ်၊ ဘုက္ကံအမည်ရှိသော ‘ချင်း’ ရွာကြီးများတွင် ဖြစ်ပါသည်။ တက္ကသိုလ်ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ နွေရာသီလုပ်အားပေး ‘အ’သုံးလုံးကြေ ခရီးစဉ်တွင် ဖြစ်ပါသည်။ စာသင်သားများမှာ ချင်းလူမျိုးသွေးချင်းများဖြစ်၍ မြန်မာဘာသာစကားဖြင့် သင်ကြားရာတွင် အခက်အခဲ ဖြစ်နေပါသည်။ စာသင်သားများထက် စာသင်ပေးသူ ဆရာများက များစွာ အသက်ငယ်နေကြပါသည်။ ထိုသူများမှာတော့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်မှ သရုပ်ပြဆရာ ဒေါက်တာ ပိုင်စိုး ဦးဆောင်သည့် ကျောင်းသားတစ်စုဖြစ်ပေသည်။ ထိုစဉ်က တက္ကသိုလ်၏ လူပြက်ကြီးများအဖြစ် နာမည်တွင်ခဲ့သော စာကနာ၊



ပလာယာ၊ မိုလာတို့ဖြစ်ကြသည်။ ကိုသူရ၊ ကိုအောင်ကာသိန်းဌေ၊ ကိုလင်းထွဋ်၊ ကိုဌေးကွန်း၊ ကိုကျော်ဝင်း အစရှိ သူတို့ပါဝင်ကြသည်။ စာသင်ပေးရုံမျှမက တတ်သည့်ပညာ မနေသာဆို သလို သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါများကိုပါ စေတနာဖြင့် အခမဲ့ကုသပေးနိုင်ရန် အလုပ်သင် ဆရာဝန် တစ်ဦးဖြစ်သူ ဒေါက်တာနေဝင်းသည်လည်း ပါဝင်ခဲ့သည်။ သူသည် ဆွတ်ပုံစံမှအစ၊ အမှုအရာ၊ အရပ်အမောင်း၊ ဝတ်စားဆင်ယင်ပုံများမှာ အဆိုကျော် ကိုင်ဇာနှင့်ဆင်သည်က တစ်ကြောင်း၊ နောက်ပြီး အခြားအခြားသော ဒေါက်တာနေဝင်းများနှင့် ကွဲလွဲစေရန် တစ်ကြောင်းကြောင့် 'ကိုင်ဇာနေဝင်း' ဟု အမည်ပေးခံရသူ မုံရွာသားဖြစ်ပါသည်။ အဖွဲ့တွင်း၌ သွားတုကျွမ်းကျင်သူ ကိုတင်မောင်မောင်မှာ ရန်ကုန်မှ စတင်ထွက်စဉ်က မပါဝင်ခဲ့သော်လည်း ချင်းတွင်းမြစ်ထဲမှ တက်လိုက်လာသူဖြစ်ပါသည်။ ထိုခရီးစဉ်၌ ကျောင်းသူတစ်ဦးတစ်ယောက်မှ မပါချေ။ ထိုအချိန်က နှစ်စဉ် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ (၅၀) ဦးသာ လက်ခံပြီး ကျောင်းသူ ၂၀% သာလက်ခံသဖြင့် တစ်နှစ်လျှင် ကျောင်းသူ (၁၀) ဦးခန့်သာ ပါဝင်လေ့ရှိသည်။

ခရီးစတင်ရန်အတွက် ပါမောက္ခချုပ်မှ ဂုဏ်ပြုအလံ အပ်နှင်းပွဲပြုလုပ်ပြီး ရန်ကုန်မှ မန္တလေးသို့ မီးရထားဖြင့် စတင်ထွက်ခွာခဲ့ကြသည်။ နောက်တစ်နေ့တွင် မန္တလေးမှ ကားဖြင့် ခရီးဆက်ခဲ့ကြသည်။ ကားဟုဆိုသဖြင့် ယခုကဲ့သို့ အယားကွန်းတပ် လေအိတ်ကားကြီးများ မဟုတ်ဘဲ ကုန်းလမ်းပို့ဆောင်ရေးမှ တီအီးကားကြီးများဖြင့် သွားခဲ့ရသည်။ မန္တလေး-မုံရွာ လမ်းသာသော်လည်း မုံရွာမှဆက်ပြီး 'မဟာမြိုင်တော' ဟု ရေပန်းစားခဲ့သော တောကြီးအတွင်းမှ ခရီး

ကြမ်းနှင့်ခဲရပါတော့သည်။ မဟာမြိုင်တောတွင်းမှာ ထိုစဉ်က နေပြောက်ပင် မထိုးနိုင်သော သစ်ပင်ကြီးများရှိသည်။ ညနေစောင်းပင် ရှိသေးသော်လည်း မှောင်မိုက်နေပြီး လမ်းမှာလည်း ရွံ့မွက်ထူလှသည်။ ကားကလည်း ချော်လိုက်၊ ဗွက်နစ်လိုက်ဖြင့် နောက်ဆုံး၌ ပျက်သွားပါတော့သည်။ ကျောင်းသားများမှာလည်း ညစာမစားရသေးသောကြောင့် ကားပေါ်မှဆင်း၍ ဟိုဟိုသည်သည် ကြည့်ကြရာ မီးရောင်မှိန်မှိန်လေး လင်းနေသော နေရာတစ်ခုကို တွေ့မြင်ကြရပါသည်။ မလှမ်းမကမ်း နေရာဖြစ်၍ အစာရေစာ ရလိုရငြား ကျောင်းသားအချို့ကိုခေါ်၍ သွားကြည့်ကြပါသည်။ ကျောင်းသားအချို့က 'တောနက်နေပြီထင်တယ် ဆရာ၊ ဖြစ်ပါ့မလား' ဟု မရွံ့မရဲ မေးကြ၍ 'တောမနက်ပါဘူး၊ ဟောဟိုမှာ တဲလေးတစ်လုံး မီးလင်းနေတာ မတွေ့ဘူးလား' ဟု ပြောရပါသည်။ တဲလေးအနီးသို့ ရောက်သော် တဲစောင့်က 'ဆရာတို့ ရမ် (Rum) နဲ့ ကြက်ကြော်ရမယ်' ဟု လှမ်း၍ ပြောပါတော့သည်။ သို့နှင့် ရမ်တော့ မလိုဘူး။ ကြက်ကြော်နှင့် မုန့်ကြပ်၊ ဘီစကွပ်များပဲ ရောင်းပါဟု ပြောဆိုဝယ်ယူပြီး ကားဆီသို့ပြန်ကာ စားသောက်ကြသည်ကို ကောင်းစွာ အမှတ်ရနေပါသေးသည်။ ထို့နောက် ကားဆရာများက ကားပြင်ပြီး၍ ခရီးဆက်ကြရာ နောက်တစ်နေ့နက်တွင် ချင်းတွင်းမြစ်ကမ်းရှိ ကလေးဝမြို့သို့ ရောက်ကြပါသည်။

ကလေးဝမြို့တွင် အကြိုတော်အဖွဲ့မှ စက်လှေ၊ မော်တော်ဘုတ်ဖြင့် လာရောက်ကြိုဆိုနေကြပါသည်။ တစ်ဖွဲ့နှင့်တစ်ဖွဲ့ အပြန်အလှန် မိတ်ဆက်ကြပြီး ခရီးရောက်မဆိုက်ပင် ချင်းတွင်းမြစ်ကို ရေလမ်းခရီးဖြင့် ဆန်တက်ကြပါသည်။ ချင်းတွင်းမြစ်မှာ ရေနည်းချိန်ဖြစ်သော်လည်း ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်မှာ မုန်တိုင်းခတ်မည်ကို ကြောက်ရပါသေးသည်။ ထိုနေ့ညတွင် ကမ်းပေါ်သို့ ကပ်ပြီး ညအိပ်ရပ်နားရန် ဆုံးဖြတ်ကြပါသည်။ ညနေစောင်းတွင် သောင်ပြင်ပေါ်၌ မီးဖို၍ ကျောင်းသားများ ငါးကင်နေချိန်တွင် မိုးကောင်းကင်သည် နီရောင်သမ်းလာပြီး လေလည်း ငြိမ်သွားပါသည်။ ဒေသခံများက အပြေးရောက်လာကြပြီး မီးဖိုများကို ငြိမ်းသတ်လျက်၊ 'လေကျပြီ၊ လေကျပြီ' ဟု အလန့်တကြားအော်ဟစ်၍ သုံးလေးဦး ပြေးလာကြသည်။ မကြာမီပင် ကောင်းကင်အရောင်ပြောင်း၍ ညိုမဲလာပြီး အမှန်တကယ် လေပြင်းတိုက်ခတ်လာသည်ကို ကြုံတွေ့ကြရပါသည်။

နောက်တစ်နေ့တွင် မော်လိုက်မြို့သို့ ဆက်လက် ဆန်တက်ခဲ့ကြပါသည်။ လမ်းခရီးတွင် ချင်းတွင်းမြစ်ကမ်းဘေး ဝဲယာ၌ ရွှေကျင်နေကြသော မိသားစုများကို မြင်တွေ့နေရပါသည်။ တချို့သောနေရာများတွင် ရွာငယ်မျှရှိသော တဲစုများကို မြင်ရပါသည်။ အချို့ ရွှေကောက်သော မော်တော်ဘုတ်များကို

လည်း တွေ့ရသည်။ မန္တလေးမြို့တွင် ကျွန်တော်၏ညီ သွားဆရာဝန် ဒေါက်တာမျိုးသန့်၏ မိတ်ဆွေဖြစ်သော ရွှေကောက်သူတစ်ဦး၏ အိမ်သို့ အလည်အပတ် ရောက်ခဲ့ဖူးပါသည်။ သူသည် မန္တလေးအရှေ့ပြင်တွင် ခန့်ညားသော တိုက်အိမ်နှင့် နေထိုင်ပြီး အိမ်ထဲတွင် ရေခဲသေတ္တာ၊ အဝတ်လျှော်စက်၊ ဟိုင်းဖိုင်၊ တီဗွီ၊ ဗွီဒီယိုစသည့် စက်ပစ္စည်းကောင်း အပြည့်အစုံနှင့် နေထိုင်နိုင်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့အားလည်း လေဆာဒစ်၊ ပတ်လည်အသံကြား (Surround sound system) စရာမဖန်သားတီဗွီ Wide Screen စသည်တို့ဖြင့် ဖျော်ဖြေသည်ကို ကျွန်တော်၏သားငယ်က အလွန်အထင်ကြီးအားကျစွာဖြင့် 'ဖေဖေ၊ ဒီလူ ဘာအလုပ်လုပ်လဲ' ဟုမေးရာ ဒေါက်တာမျိုးသန့်က 'ငါ့တူရ၊ သူက ရွှေကောက်တယ်' ဟုဖြေရာ ကျွန်တော့်သားက 'ဟာ ဒီလိုဆို ကျွန်တော်လည်း ရွှေကောက်မယ်။ ဘယ်မှာ လိုက်ကောက်ရမလဲ' ဟု အားတက်သရော ပြန်၍မေးသဖြင့် ဝိုင်း၍ ရယ်ကြရပါသည်။ မကြာမီက မန္တလေးသို့ရောက်ခဲ့သောအချိန်က ၎င်းအကြောင်းမေးမိရာ ဒေါက်တာမျိုးသန့်က ထိုသူသည် ယခု အမှုအခင်းဖြစ်၍ ထောင်ကျနေကြောင်း သိခဲ့ရပါတော့သည်။

ချင်းတွင်းမြစ်အတွင်း ရေနည်းနေချိန်တွင် လုပ်ကိုင်ကြသော လုပ်ငန်းတစ်ခုမှာ သင်္ဘောဖော်သောလုပ်ငန်းတစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဆေးကျောင်းသားတစ်ယောက်ဖြစ်သော ကိုဟန်တင်၏မိဘများမှာ ချင်းတွင်းမြစ်ကမ်း၊ မော်လိုက်မြို့ အနီးအနားတွင် ထိုလုပ်ငန်းကို လုပ်ကိုင်ကြရာ ကျွန်တော်ထိုခရီးကို သွားမည်ဆိုသောအခါ သူတို့၏ သင်္ဘောကိုဝင်ရန် အတန်တန်မှာကြားကြပါသည်။ ကိုဟန်တင်၏ အစ်ကို ကိုတင်မောင်မောင်မှာ သွားတုကျွမ်းကျင်သူဖြစ်ရုံသာမက ခြေလျင်တောင်တက်သမားတစ်ဦးလည်း ဖြစ်သည်။ ဝ/သ တက္ကသိုလ်ဟု အမည်တွင်ခဲ့သော ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်ပင်မတွင် ဘီအက်စ် (၄)နှစ်သင်တန်းတက်စဉ်က ခြေလျင်တောင်တက် အသင်းဝင်ဖြစ်ပြီး ကျွန်တော်တို့နှင့်အတူ ခရီးစဉ်များကို လိုက်ပါခဲ့သူဖြစ်သည်။ ဝ/သမှ အောင်ပြီး သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်တွင် သွားတုကျွမ်းကျင်ကျောင်းတွင် တက်ရောက်ပါသည်။ သူသည်လည်း ကျောင်းအားချိန်ဖြစ်၍ မိဘလုပ်ငန်းရှိရာ ချင်းတွင်းမြစ်ထဲ ရောက်ရှိနေချိန် ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြင့် ကျွန်တော်တို့ မော်တော်ဘုတ်ကို ၎င်းတို့သင်္ဘောရှိရာသို့ ဆိုက်ကပ်မိကြပါသည်။ ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့မှာ မဟာမြိုင်တောထဲတွင်လည်းကောင်း၊ လမ်းခရီးတွင်လည်းကောင်း ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ကာ အာဟာရချို့တဲ့နေကြရာ ကျွန်တော်တို့အား တည်ခင်းစဉ်ခံသော ထမင်း၊ဟင်းအစုံကို ခေါင်းမဖော်တမ်း ဖြန့်ယှက်စွာ စားသောက်ကြပါသည်။ သင်္ဘောဆယ်သူများမှာ ပင်ပန်းကြီးစွာ လုပ်ကိုင်ကြရ၍ ကောင်းမွန်စွာ ကျွေးမွေးကြရသည်ဟုလည်း သိရှိခဲ့ရပါသည်။ ငါးဟင်း၊ ငါးကြော် အပြင် ယူနန်ဝက်ပေါက်ခြောက်စသည်ဖြင့် အာဟာရ ဖြည့်တင်းရပါသည်။

အကြောင်းဆက်မိ၍ သူတို့လုပ်ငန်းအကြောင်း အတော်များလည်ခဲ့ရသည်။ သင်္ဘောဆည်ရန်မှာ ရှေးဦးစွာ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်နှင့် နောက်ပိုင်းတွင် နစ်မြုပ်ခဲ့သော သင်္ဘောများကို အမည်အလိုက် နိုင်ငံတော်အစိုးရထံမှ လေလံဝယ်ယူရပါသည်။ ထို့နောက် မြစ်အတွင်း ရေနည်းချိန် ပွင့်လင်းရာသီ၌ ရေငုပ်သမားများသည် မြုပ်နေသော သင်္ဘောပျက်အနီးကပ်၍ မိမိတို့သင်္ဘောကို ကျောက်ချထားရပါသည်။ ဂါလံ (၄၀)ဝင် ပီပါများကို ရေဖြည့်၍ နစ်မြုပ်နေသော သင်္ဘော၏ ဝမ်းပိုက်အတွင်းသို့ ကြိုးများဆိုင်း၍ ချပါသည်။ ရေငုပ်သမားများသည် ၎င်းပီပါများ၏ အပုံးကိုဖွင့်လျက် ရေအောက်အတွင်း

၌ မိခင်သင်္ဘောမှ တင်ထားသော လေဖိမှုတ် စက်ပိုက်ကိုယူ၍ ရေများကိုပီပါထဲမှ ထွက်ကုန်စေရန် လေများမှုတ်သွင်းရပါသည်။ ပီပါသည် မြုပ်နေသော သင်္ဘောဝမ်းပိုက်အတွင်း ပေါ်လာသောအခါတွင် အပုံးကိုပြန်၍ ပိတ်လိုက်သည်။ ဤနည်းဖြင့် ပီပါအတော်များများကို လေမှုတ်သွင်းသောအခါ သင်္ဘောသည် ရေပေါ်သို့ ပေါ်လာပါတော့သည်။ ထို့နောက်မှ မိခင်သင်္ဘောနှင့် တွဲပြီး ကမ်းစပ်သို့တွဲ၍ ဆွဲသွားရပါသည်။ အချိန်ကြာမြင့်စွာ ရေအောက်တွင် နစ်မြုပ်နေသော်လည်း သံများသည် သံချေးတက်ခြင်းလုံးဝ မရှိသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ဆယ်ယူရရှိသော သံထည်များ၊ စက်များနှင့် ပစ္စည်းများကို ပြန်လည်ရောင်းချပြီး အမြတ်ကောင်းစွာရကြောင်း သိရပါ သည်။

သို့ဖြင့် ကျွန်တော်တို့ ဆက်လက်ခရီးထွက်သောအခါ ကိုတင်မောင်မောင်ပါ အဖွဲ့နှင့် လိုက်ပါလာသည့်အတွက် ခရီးသွားအဖော် ကောင်းတစ်ယောက် တိုးရပြန်ပါသည်။ နောက်နေ့တွင် မော်လိုက်မှ ကားများဖြင့် ကဘော်ချိုင့်ဝှမ်းအတွင်း ချဉ်းနင်း ဝင်ရောက်ခဲ့ကြပါသည်။ ကဘော်ချိုင့်ဝှမ်းမှာ အင်္ဂလိပ်၊ ဂျပန်ခေတ်များက အိန္ဒိယသို့ ကူးသောလမ်းဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ ဂျပန်အဝင် အင်္ဂလိပ်မဟာမိတ်တပ်များ ဆုတ်ခွာစဉ်ကလည်း အသုံးဝင်ခဲ့သော လမ်းဖြစ်ပါသည်။ လမ်းမှာ ထိုစဉ်က မြေညီစက်ဖြင့် ထိုး၍ ကတ္တရာလိပ်ခင်းခဲ့သော လမ်းဖြစ်ပါသည်။ နောက်ပိုင်းတွင် အချို့သော ကတ္တရာလိပ်များမှာ အိမ်ခေါင်မိုးအဖြစ် ဘဝပြောင်းသွားကြောင်း သိခဲ့ရသည်။

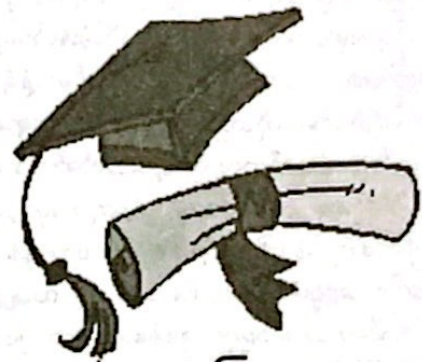
ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့အား ရွာများမှ ကောင်းစွာကြိုဆို စဉ်ဝတ်ပြုကြပါသည်။ ရွာတစ်ရွာမှာ (၅)ရက်ခန့်နေပြီး နောက်တစ်ရွာကို ပြောင်းရွှေ့ရန် အချိန်တန်သောအခါ ရွာခံစာသင်သား အမေကြီးများကလည်း ငိုကြ၊ လူပျက်ကြီးများဟု အမည်တွင်သူများကလည်း ငိုကြပြီး 'ဆရာ၊ ကျွန်တော်တို့ ဒီရွာမှာ နေခဲ့ကြမယ်' စသည်ဖြင့် ပြောလာကြသဖြင့် 'ဟေ့ကောင်တွေ မရဘူး၊ ကားပေါ်တက်' ဟု ငေါက်၍ ပြောဆိုရပါသည်။ နောက်တစ်ရွာ ထပ်ပြောင်းပြန်တော့လည်း အဲသည်လိုပဲ ငိုကြပြန်ပါရော။ စာသင်ပိုင်းထဲမှာလည်း အဲသလို ရံဖန်ရံခါ ငိုအားထက်ရယ်အားသန်ခဲ့ရပါသည်။ ဆရာလေးများထံမှ 'ကျွန်တော် စိတ်ရှည်ရှည်နဲ့ သင်ပေးနေတယ်နော်' ဟု ပြော

သည့်အသံမှာ ငေါက်သံပါပါလေး ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံတော့ စကားပြန်၏ အကူအညီကိုလည်း ရယူရပါသည်။ ကျွန်တော်မှတ်မိနေတာတစ်ခုကတော့ ကြ၊ ကြ၊ ကြ၊ သင်လိုအပြီးမှာ နက်ဖြန်ခါကျရင် 'ခ' နဲ့ 'ခြ'၊ 'ခြ'၊ 'ခြ' သင်မယ်လို့ပြောလိုက်တော့ နောက်နေ့ကျောင်းတက်မယ့်သူ တစ်ယောက်တစ်လေမှ ပေါ်မလာတော့ပါ။ ကျွန်တော်လည်း ဥက္ကဋ္ဌကိုခေါ်၍ စာသင်သားများ ပေါ်မလာကြောင်း၊ နေထိုင်မကောင်းလို့များလား စသည်ဖြင့် မေးမြန်းရာ ဥက္ကဋ္ဌလည်း ရွာတွင်းဆက်လက်မေးကြည့်တော့မှ ယနေ့သင်မည့် သင်ခန်းစာများတွင် အမျိုးသမီးများနှင့် သက်ဆိုင်သော ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်း အခေါ်အဝေါ်များပါသဖြင့် ဆရာလေးများက ပြခိုင်းမှာ ကြောက်ပြီး ကျောင်းမလာတော့ကြောင်း သိရပါ တာသည်။

ကျွန်တော်တို့ သွားနှုတ်ကုသချိန်တွင်လည်း ကွင်းဆင်းကုသမှုဖြစ်သဖြင့် စက်ပစ္စည်းကိရိယာမစုံသောကြောင့် နေရောင်ကိုသာ အားကိုး၍ ကုသရသဖြင့် သွားအမြစ်မကျိုးအောင် ဖြည်းဖြည်းချင်း နုတ်ရသည်ကို အားမရသော ရွာခံများက ကြက်ဥများယူလာပြီး ဆရာလေးတို့ ကြက်ဥစားပြီး အားရှိပါးရှိ နုတ်စမ်းပါ။ ဆရာလေးတို့အားသိပ်နည်းနေတော့ အားပြတ်သလို မနုတ်စမ်းပါနှင့်ဟု ပြောသည်ကို မှတ်မိနေပါသေးသည်။ ငိုအားထက်ရယ်အားသန်စရာ အတွေ့အကြုံများပင် ဖြစ်ပါတော့သည်။

ဤသို့ဖြင့် ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ ပြန်လာပြီး နောက်တစ်နှစ်အကြာတွင် တမူးမြို့နယ်၊ ကဘော်ချိုင့်ဝှမ်းဒေသအတွင်းရှိ ခမ်းပတ်၊ ဘုက္ကံရွာများတွင် ရွာလုံးကျွတ် စာတတ်မြောက်ကြကြောင်း ကြေညာသောအခါတွင်မှ 'ဪ - တို့လုပ်ခဲ့ကြတာ အောင်မြင်ပါလား' ဟု အားလုံး ဂုဏ်ယူဝမ်းမြောက်မိကြရပါတော့သည်။

ပါမောက္ခ
ဒေါက်တာ ဦးပိုင်စိုး
၊ပါချုပ်-ငြိမ်း။



ကျောင်းသား

ရွှေကြို့မောင်

ကျောင်းနေစဉ်
ပညာများကိုလ
ကြိုးစား၍
သင်ပါမောင်
တန်းတက်ရအောင်
ကိစ္စရာ မသိတာ
အစဉ်မေးပါလို့
တပည့်မှာ
တွင်တွင်ရေးပါကွဲ့
သွား/ဆေး ရန်ကုန်မှ
ဒန္တီဆို အကုန်စွမ်းပါတဲ့
မြန်ပြည်ဂုဏ်ဆောင်စေစမ်းရယ်ဖို့
မသွေဖူးကွယ်
ရည်စူးရွယ်မှန်းတဲ့
ယောက်ျား။

ရွှေရတနာသည် ရွှေရတနာသို့

မျိုးဝင်း

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်။

အချိန်နှင့် ဒီရေသည် လူကို မစောင့်။ ဒါကြောင့် အချိန်ရှိခိုက် လုံ့လစိုက် ထုတ်ရမည်။ ငယ်ငယ်ကပင် လူကြီးမိဘနှင့် ဆရာ၊ ဆရာမ ဆိုဆုံးမခဲ့ဖူးသည်။ ဆိုဆုံးမသည့်အတိုင်း မှတ်သားနာယူခဲ့မိသည်။ အချိန်၏တန်ဖိုးကိုတော့ ယခုလောက် မသိခဲ့သည်ကတော့ အမှန်ပင်။

၁၉၇၀ ခုနှစ်တွင် ကျွန်တော် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ် ဝင်ခွင့်ရ ရှိခဲ့သည်။ တက္ကသိုလ်ရွှေရတနာသဘင်နှင့် တိုက်တိုက်ဆိုင်ဆိုင် ဆုံဆည်းခဲ့ရ သည်။ ပြည်လမ်းရှိ ဆေးတက္ကသိုလ် (၁) (လိပ်ခုံး)တွင် ပထမနှစ် ဘီဒီအက်စ် သင်တန်းမှာ တက်ရောက်ရင်းပင် လိပ်ခုံးနယ်မြေ၌ ကျင်းပသော ဈေးရောင်းပွဲ တော်များ၊ Stage Show များကို ပါဝင်ဆင်နွှဲခဲ့ ရသည်။ အမိပတ်လမ်းနှင့် သစ်ပုတ်ပင်များကိုလည်း သူငယ်ချင်းများစွာနှင့်အတူ လျှောက်လှမ်းခဲ့ရ သည်။ တစ်ဘက်ကလည်း သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာနယ်မြေကို ခြေချ ကတည်းက တစ်နေ့ကျရင် ဒီကျောင်းမှာ ဆရာ ပြန်ဖြစ်ရမယ်ဆိုတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ကြိုးစားခဲ့တဲ့အတွက် ပထမနှစ် ဘီဒီအက်စ်(စ်)မှာ လူရည်ချွန် အဖြစ် အရွေးခံခဲ့ရပါတယ်။ ဒါတွေကို ယနေ့ထက်တိုင် မှတ်မိနေဆဲဖြစ်သည်။ ဒါတင်မကသေး ၁၉၇၀ ခုနှစ်လောက်က ၂၀၀၀ ဆိုသည့် စကားရပ်ကို တွေးကြည့်လျှင် ဟိုးအလွန်ဝေးသော ကာလကြီးတစ်ခု၊ သိပ္ပံဇာတ်လမ်းတွဲ များထဲကလို အလှမ်းကွာသော အနာဂတ်ကာလတွင် ကိန်းဂဏန်းများဟု လူငယ်ပီပီ အမှုမဲ့အမှတ်မဲ့ ထင်ခဲ့မိသည်။

ဝတ်စားဆင်ယင်မှုနှင့်ပတ်သက်၍ သတိရတာတစ်ခု ရှိသည်။ ပထမ နှစ်၊ ဒုတိယနှစ် ဆေးကြိုလက်တွေ့ သင်တန်းများတွင် လိပ်ခုံး၌ ပုဆိုးနှင့်သာ ကျောင်းတက်လေ့ရှိရာ တတိယနှစ်သို့ ရောက်သောအခါ လေဟာပြင်ဈေး ရှေ့ရှိ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်သို့ စနေနေ့၊ နေ့တစ်ဝက် ကျောင်း တက်ဖို့ ကျွန်တော်တို့ အမြဲမျှော်လင့်ခဲ့ရသည်။ ပထမ အကြောင်းကတော့ ကျွန်တော်တို့ Dental Anatomy Lecture များကို ဆရာ ဦးတင်မောင်မောင် ကပေးသော်လည်း Wax Carving သင်တန်းခန်းတွင် ဆရာကြီး ဦးမြင့်နိုင် ကိုယ်တိုင် ဘောင်းဘီ၊ အင်္ကျီနှင့်နက်တိုင်း၊ ဂျူးဖိနပ်တို့ဖြင့် ကျနစွာ ဝတ်စား ဆင်ယင်၍ စာသင်ရန် စောင့်ကြိုနေလေ့ရှိသည့်အပြင် ဘောင်းဘီဝတ်မလာ ပါက အဆူခံရသဖြင့် အမြဲဘောင်းဘီ ဂျူးဖိနပ်တို့ဖြင့် စနေနေ့ ကျောင်းတက်ခဲ့ ရသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ဒုတိယအချက်ကတော့ သင်တန်းပြီးဆုံးသည့် အခါ ဘောင်းဘီ၊ ဂျူးဖိနပ် ကိုယ်စီဖြင့် သူငယ်ချင်းများ ဗိုလ်ချုပ်ဈေး တစ်ပတ်ပတ်၊ လေဟာပြင်ဈေးတွင် မုန့်ဘိုးများစု၍ ဂျွန်ဆိုင်တွင်လည်း ကောင်း၊ မောင်မြင့်ဆိုင်တွင်လည်းကောင်း၊ စု၍စားရသဖြင့် အလွန်ပျော်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤသည်တို့မှာ ဝေးကွာသော အတိတ်တွင် ကျန်ခဲ့လေပြီ။ ဘောင်း ဘီဝတ်၍ ဂျူးဖိနပ် မပါသောနေ့များတွင် ကျောင်းအုပ်ဆရာကြီး (ဒေါက်တာ) ဦးအောင်သန်းနှင့်တွေ့ပါက အဲဒီနေ့ကတော့ မလွယ်ပါ။ ဒါကြောင့်လည်း ဘယ်တော့မှ ဘောင်းဘီဝတ်သည့်အခါ တာဝန်ချိန်တွင် ဂျူးဖိနပ်မစီးဘဲ၊

Necktie မစီးဘဲ မနေတတ်တော့ပါ။ ဤသည် ပင်လျှင် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကျောင်းသား များ၏ ဟိုခေတ်ကာလက ထူးခြားသော ဝတ်စား ဆင်ယင်မှုတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ ဆရာကြီးနှင့် ဆရာများ အမြဲ ဆုံးမလေ့ရှိသည့် 'မင်းတို့ဟာ ကျောင်းသားဆိုပေမယ့် စတုတ္ထနှစ်ရောက်လျှင် လူနာတွေကို ဆရာများရဲ့ ကြီးကြပ်မှုအောက်မှာ လက်တွေ့ကုသရမယ်။ ဒီအခါမှာ မိမိဝတ်စား ဆင်ယင်မှုဟာ လူနာရဲ့အမြင် Impression အတွက် အရေးကြီးတယ်။ ယုံကြည်ကိုးစားမှုထဲ မှာ ဝတ်စားဆင်ယင်တာဟာ အရေးပါတဲ့ အချက် တစ်ခုဖြစ်တယ်လို့ ဆရာ၊ ဆရာမများ ဆုံးမခဲ့တဲ့ စကားများကို မြေဝယ်မကျ နားထောင်ခဲ့ပါ တယ်။ ဒါကတော့ Alginate Impression မတိုင် မီက သိခဲ့ရတဲ့ Impression အကြောင်း နည်း နည်းပါပဲ။ ပထမနှစ်၊ ဒုတိယနှစ် ကာလမှာ ဇေဝဇဝါဖြစ်နေတဲ့ တပည့်လေးများကို Clinical Years ရောက်အောင် ကြိုးစားကြပါလို့ ဒီမှာ တိုက် တွန်းချင်ပါတယ်။

စတုတ္ထနှစ်ကျတော့ လိပ်ခုံးဘက် မသွားရ တော့ဘဲ လေဟာပြင်ဈေး သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေး တက္ကသိုလ်၊ လမ်းမတော် ဆေးတက္ကသိုလ် (၁) တို့မှာပဲ သင်တန်းတက်ရပါတော့တယ်။

၁၉၇၄ ခုနှစ်ဟာ ကျွန်တော့်ဘဝမှာ ထူးခြားတဲ့ နှစ်တစ်နှစ်အဖြစ် ရပ်တည်ခဲ့ပါတယ်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်ဘဝမှ သွား ဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်အဆင့်သို့ တိုးမြှင့် သတ်မှတ်ခြင်းခံခဲ့ရတာကို ကျွန်တော် မှတ်မိပါ သေးတယ်။

ကိုယ်ရေးကိုယ်တာအနေနှင့် မှတ်မိတာက တော့ မိဘချင်းလည်း လွန်စွာမူရင်းနှီး၊ သွေးနီးဖို့ လည်း အရန်သင့်ပဲဆိုတာတွေ အမေပြောစဉ်က စိတ်မဝင်စားခဲ့ပေမယ့် အမှတ်မထင် တွေ့ဆုံခဲ့ရတဲ့ နေ့တစ်နေ့က စွဲမက်ခဲ့ရတဲ့ မိန်းကလေးဟာ တစ်သက်တာဘဝရဲ့ အဖော်မွန်အဖြစ် ရပ်တည် သွားလိမ့်မယ်လို့ ဘယ်လိုမှ မထင်ခဲ့မိပါ။ သူ

နှင့် ရင်းနှီးခွင့်ရခဲ့တဲ့ နှစ်ဖြစ်လို့ ယနေ့တိုင် မမေ့နိုင်ပါ။ သူ ဆိုတာ ကျွန်တော့် ဇနီးပါပဲ။ တစ်ဦးတည်းသော သမီးလေးဆွေဇင်ရဲ့ အမေပါ။ အဲဒီနှစ်မှာပဲ Cons: Departmentမှာ ကျောင်းသားဘဝ ဆရာဦးအောင်သန်း (၃) ရဲ့ သံမဏိစည်းကမ်း အောက်မှာ သင်ကြားခဲ့တာတွေ အမြဲပြန်သတိရမိတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း အလုပ်ကို တိတိကျကျ ပိုလုပ်တတ်လာပါတယ်။

ပဉ္စမနှစ်မှာတော့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ တက္ကသိုလ်နှင့် ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးတို့မှာသာ ပညာလှည့်လည် သင်ကြားခဲ့ရပါတယ်။ ၁၉၇၇ ခုနှစ်မှာ နောက်ဆုံးနှစ် အောင်ခဲ့ပါတယ်။ ရည်မှန်းချက်တွေ အောင်မြင်ခဲ့လို့ ဝမ်းသာမဆုံးဖြစ်မိခဲ့ပါတယ်။

၁၉၇၈ ဒီဇင်ဘာလတွင် ဘွဲ့နှင်းသဘင်တက်ရောက်ခဲ့ရပါတယ်။ ဒီဘွဲ့နှင်းသဘင်ကလည်း ထူးခြားတဲ့ဘွဲ့နှင်း သဘင်လို့ ဆိုရပါလိမ့်မည်။ အကြောင်းကတော့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ရဲ့ ပထမဦးဆုံးသော ဘွဲ့နှင်းသဘင် ဖြစ်လို့ပါပဲ။

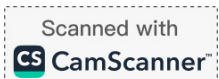
ယခင် ဆေးတက္ကသိုလ် (၁) ပါမောက္ခချုပ်မှ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ဘွဲ့အပ်နှင်းသည့် အစဉ်အလာမှ ကျွန်တော်တို့နှစ်တွင်မှ ထူးထူးခြားခြား သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ရဲ့ သီးခြားဘွဲ့နှင်းသဘင်ကို ကျင်းပလို့ ဆရာဦးအောင်သန်းက ဘွဲ့ပေးတာတွေ၊ မော်ကွန်းထိန်းကြီး ခြေလှမ်းမှားတာတွေ၊ ညဘက် ဘွဲ့နှင်းသဘင် ညစာစားပွဲမှာ အနုပညာအသင်းက တင်ဆက်တဲ့ပွဲမှာ ဟိုခေတ်ဟိုအခါက နာမည်ကျော် သွားဘက်ဆိုင်ရာ လူရွှင်တော်များ၊ ပါမောက္ခချုပ် အသစ်စက်စက်နှင့် မော်ကွန်းထိန်းတို့ နံနက်က လွဲမှားခဲ့ကြတာတွေ ပျက်လုံးထုတ်တော့ ဆရာကြီးဦးအောင်သန်းက စိတ်မဆိုးဘဲ ဆေးတံကြီးတဖြုံဖြုံ လုပ်နေခဲ့သော အတိတ်က ပုံရိပ်တွေကို ယနေ့ထိ ကျွန်တော့်ဆရာများနှင့် အဲဒီတုန်းက ရှိခဲ့ဖူးသူများ မှတ်မိကြဦးမည် ထင်ပါတယ်။

ဝန်ထမ်းဘဝကို ၁၉၇၉ ခုနှစ်မှာ အခြေချခဲ့ပြီး သရုပ်ပြဆရာအဖြစ်နှင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်သို့ ရောက်ရှိခဲ့ပါတယ်။ ဝါသနာအပါဆုံးကတော့ Oral Surgery ဖြစ်ပါတယ်။ ဆရာကြီး ဦးသက်ထားဝေ၊ ဆရာဦးအောင်သန်း (၂)၊ ဆရာဦးပိုင်စိုးတို့ကိုလည်း သိပ်အားကျခဲ့ပါတယ်။ ဝါသနာ မပါဆုံးကတော့ Childrens' Dentistryပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျောင်းသားဘဝကပင် ကလေးများဆိုရင် စိတ်ညစ်လို့၊ ဆေးခန်းထိုင်ခါစမှာ 'ဤဆေးခန်းတွင် ကလေးလူနာများအား လက်ခံကုသခြင်းပြုမည် မဟုတ်ပါ' ဆိုတဲ့ စာတမ်းရေးရန် ကြံခဲ့ဖူးသော်လည်း အိမ်သူသက်ထားရဲ့ အလိုအရ မရေးဖြစ်ခဲ့ပါ။

ထိုစဉ်က ခန့်စာတွင် ဌာနမပါဘဲ ပါမောက္ခချုပ် ဆရာကြီး ဦးအောင်သန်းနှင့် သွားတွေ့တဲ့အခါ ဆရာကြီး ဒေါက်တာဦးနန်းရှိန်ရဲ့ Conservative Department မှာ လိုအပ်သဖြင့် တာဝန်ပေးခဲ့ပြီး တစ်ချိန်မှ Oral Surgery ပြောင်းပေးမည် ဟု ဆရာကြီးက ပြောခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီအချိန်က တစ်ခွန်းမှ ပြန်မပြောခဲ့ပါ။ ဒါပေမယ့်လည်း ရောက်တဲ့အရပ်မှာ တော်အောင်ကြိုးစားရမယ်ဆိုတဲ့ ခံယူချက်အတိုင်း ဆရာကြီးဦးနန်းရှိန်၊ ဆရာကြီးဦးချစ်ဦး၊ ဆရာဦးအောင်ကိုး၊ ဆရာဦးပွင့်ဖူး၊ ဆရာဦးလှမင်းတို့ရဲ့ လက်အောက်မှာ ကျရာတာဝန်များကို ထမ်းဆောင်ခဲ့သဖြင့် မိခင်ဌာနဖြစ်တဲ့ Cons: Dept: မှာ မှတ်တိုင်တစ်ရပ်တော့ စိုက်ထူနိုင်ခဲ့တယ်ဆိုတာ မိမိကိုယ်မိမိ ခံယူသုံးသပ်မိတယ်။ RCT ဟာ ကျွန်တော် ဝါသနာအပါဆုံး ဘာသာရပ်ဖြစ်လာလို့ မိမိကိုယ်တိုင်လည်း လေ့လာ၊ တပည့်များကိုလည်း သင်ကြားပေးနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်(ရန်ကုန်)၊ (မန္တလေး)မှ ကျွန်တော့်တပည့် ဖြစ်ခဲ့ဖူးသူ ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် အဓိကဆုံခဲ့တာကတော့ Cons: Department ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ မည်သို့ပင်ဆိုစေကာမူ တစ်ရွာမပြောင်းသူကောင်းမဖြစ်ဆိုတဲ့ စကားအတိုင်း သွားကျန်းမာရေး ပညာဌာန (သွားဖုံးရောဂါပညာ) ဆရာကြီး ဦးမြင့်နိုင်ထံသို့ ဆရာကြီး ဦးနန်းရှိန်၊ ပါမောက္ခချုပ် ဆရာကြီး ဦးခင်မောင်လေးတို့ ခွင့်ပြုချက်ဖြင့် ပြောင်းခဲ့ပြီး တစ်နှစ်ခွဲခန့် တာဝန်ထမ်းဆောင်ကာ ၁၉၈၇ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ၊ (၁) ရက်နေ့တွင် ကလေးသွားကျန်းမာရေးပညာ ဘွဲ့လွန်သင်တန်းတက်ရောက်ရန် UK နိုင်ငံသို့ ထွက်ခွာခဲ့ပါသည်။

University of London, Eastman Dental Hospital and Institute of Dental Surgery မှာ သုံးနှစ်တာ ပညာသင်ကြားရန် ထွက်ခွာခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်တော် လန်ဒန်မှာရှိစဉ်တုန်း Manchesterမှာ ဆရာဦးသိန်းထွဋ်၊ ဆရာဦးဇော်အောင်လွင်နှင့် ဆရာကြီးဦးပိုင်စိုးတို့ ရှိနေကြပြီး၊ Manchester သို့ သွားလည်ရန်၊ ဆရာဦးသိန်းထွဋ်က နေထိုင်ရန် စီစဉ်ပေးတဲ့ အဆောင်လေးနှင့် ဆရာဇော်ရဲ့ သိုးသားဟင်းက မဆလာနဲ့ကို ယနေ့တိုင် မမေ့သေးပါ။ ဆရာဇော်ကတော့ ကွယ်လွန်ခဲ့ရှာလေပြီ။

အဲဒီအချိန်က M.Sc. သင်တန်းများ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာအတွက် ပြည်တွင်းမှာ မရှိသေးလို့ B.D.S (Ygn) သာ ရှိတဲ့အတွက် လန်ဒန်မှာ Ph.D သင်တန်းကိုတက်ခွင့် မရဘဲ M.Sc. (Children's Dentistry) ဆေးလက်တွေ့ဘွဲ့နှင့် M.Phil. (Caries Research) Degree by Thesis ဖြင့်သာ ကျေနပ်ခဲ့ရတာတွေဟာလည်း တစ်ချိန်က စိတ်ပင်ပန်းဆင်းရဲခဲ့ရပေမယ့် အခုတော့လည်း ဒီသင်ကြားခဲ့ရတဲ့ ပညာရပ်များဖြင့် ၁၉၉၀ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ UK နိုင်ငံမှ ပြန်လည်ရောက်သည့် အချိန်မှစ၍ ကလေးသွား



ကျန်းမာရေးနှင့် သွားညှိကုပညာသင်ကြားရေးကို ဦးဆောင်ဦးရွက်ပြုနိုင်လျက် ရှိတာကို ကျေနပ်မိပါတယ်။

၁၉၉၅ ခုနှစ်မှာ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် (မန္တလေး)ကို ဖွင့်လှစ်ခဲ့လို့ မိမိတို့ရဲ့ ဆရာများ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ တပည့်များ ရာထူး တိုးတက် ပြောင်းရွှေ့သွားလို့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် (ရန်ကုန်) အင်အား ခေတ္တနည်းသွားပေမယ့် မျိုးဆက်သစ်များဖြင့် အားဖြည့် ရပ်တည် နိုင်ခဲ့တာကိုလည်း ဆုံးဆည်းဖြတ်သန်းခဲ့ရပြန်ပါတယ်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်(မန္တလေး)ရဲ့ ပထမဆုံး ပါမောက္ခချုပ်ဟာ ဆရာကြီး ဦးမြ သော်ဖြစ်ပြီး မြန်မာနိုင်ငံမှ ဘီဒီအက်စ်ဘွဲ့ရ ဆရာ၊ ဆရာမများထဲက ပထမ ဦးဆုံးသော ပါမောက္ခချုပ် ဖြစ်တယ်ဆိုတာကိုလည်း ဂုဏ်ယူစွာဖြင့် သတိ ထားလိုက်မိပါတယ်။

ဒီလိုနဲ့ပဲ ကာလတွေပြောင်းလဲလာခဲ့တာ ယခုတော့ ကျွန်တော်လည်း လုပ်သက် ၂၇ နှစ် ပြည့်ပါတော့မယ်။ အဲဒီသွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် ကြီးတွင်လည်း ပါမောက္ခချုပ်များ သူ့ခေတ်နှင့်သူ တာဝန်ယူခဲ့ကြတာ ယခု ဆိုလျှင် ခြောက်ဦးမြောက် ပါမောက္ခချုပ်ဖြစ်သော ဆရာကြီးဦးဘမြင့် လက် ထက်သို့ပင် တိုင်ခဲ့ပါပြီ။

အချို့ အချို့သော ဆရာများ၊ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ တပည့်များလည်း ကွယ်လွန်အနိစ္စရောက်ခဲ့ကြပြီး ဆရာကြီး တော်တော်များများလည်း ပင်စင် ယူခဲ့လေပြီ။ တရားဖြင့် ကျင့်ကြံနေထိုင်ပါ။ သည်းခံစိတ်ထားပါလို့ အမြဲဆုံးမ ခဲ့တဲ့ ဆရာကြီးဦးခင်မောင်လတ်လည်း ကွယ်လွန် အနိစ္စရောက်ခဲ့ပါသည်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးလောက၏ဖခင်ကြီး ဆရာကြီးဦးအောင်သန်း ကွယ် လွန်အနိစ္စရောက်ခဲ့ပါသည်။ တချို့တပည့်ငယ်လေးများလည်း ဆရာကြီးကို မပြောလျှင် မသိကြတော့ပါ။ ဆရာကြီးရဲ့ အုပ်ချုပ်မှုအမွေကို ပခုံးပြောင်း တာဝန်ယူခဲ့ပြီး သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာ မဟာသိပ္ပံဘွဲ့လွန်သင်တန်း များကို ဖွင့်နိုင်အောင် ဦးဆောင်လမ်းညွှန်မှု ပြုခဲ့တဲ့ ပါမောက္ခချုပ် ဆရာကြီး ဦးခင်မောင်လေးလည်း အငြိမ်းစားယူပြီး တရားဓမ္မများ ရှာဖွေလျက်ရှိသည်။ အလွန်စာသင်ကောင်း၊ အင်္ဂလိပ်စာ အလွန်ကောင်းတဲ့ ဆရာကြီး ဦးဌေးဆောင် ကား ပါမောက္ခချုပ်အဖြစ်မှ အငြိမ်းစားယူပြီးသော်လည်း ကျန်းမာချမ်းသာ စွာဖြင့် နေထိုင်ဆဲဖြစ်သည်ကို ဝမ်းသာဖွယ် တွေ့ရှိရပါသည်။

အနုပညာအလွန်ဝါသနာပါပြီး သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာရှင်များထဲ မှ နာမည်ရ အနုပညာရှင်များ မွေးထုတ်ခဲ့ပြီး သွားပိုးရောဂါ ဆေးပညာကို နည်းမျိုးစုံဖြင့် စိတ်ဝင်စားဖွယ်သင်တတ်သော ပါမောက္ခ ဆရာကြီးဦးမြင့် နိုင်လည်း ပင်စင်ယူပြီး ပန်းပင်များ ပြုပြင်ဆဲ၊ ကျန်းမာဆဲ ဖြစ်၍ ဝမ်းသာရ ပြန်သည်။

လူမှုထူးချွန် (ပထမဆင့်) ရ မြန်မာနိုင်ငံ ခြေလျင်တောင်တက် ဥက္ကဋ္ဌ၊ ပါမောက္ခချုပ် ဆရာကြီးဦးပိုင်စိုးကား ပင်စင်ယူပြီးသော်လည်း မြန်မာနိုင်ငံ သွားနှင့်ခံတွင်းဆေးကောင်စီ ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ်လည်းကောင်း၊ တပ်မတော်တွင် သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေး ပညာရှင်များ မွေးထုတ်ရေးကိစ္စများကို ဦးဆောင် အကြံပြုလျက်လည်းကောင်း၊ တောင်တက်နေဆဲဖြင့်လည်းကောင်း အလုပ်ဖြင့် ကျန်းမာစွာ နေထိုင်လျက်ရှိပါသည်။

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးလောကသည်လည်း ယနေ့တိုင် မြန်မာဆေး လောကတွင် မားမားမတ်မတ် ရပ်တည်နိုင်လျက်ရှိပြီး အနာဂတ်ဆီသို့ အရှိန် အဟုန်ဖြင့် ဦးတည်လျက်ရှိသည်ကိုလည်း လေ့လာတွေ့ရှိရပါသည်။

ဒါတွေကို သုံးသပ်မိတော့ ...

ဝါသနာ၊ စေတနာ၊ အနစ်နာဆိုတဲ့ နာသုံးနာရဲ့ အရေးပါပုံ။

လူတို့၏ ကံနှင့် ဘဝအလှည့်အပြောင်းမှာ အတိတ်ကံများ ရှိသလို ယခုဘဝမှာ ဖြစ်ပျက်နေ သော စိတ်စေတနာသည်ပင်လျှင် ကံမည်၏ဆို သော အကြောင်းတွေကို ဆင်ခြေရင်း၊ ဟိုးရွှေရ တုတက္ကသိုလ်နယ်မြေက စခဲ့တဲ့ စာတ်လမ်းတစ် ပုဒ်ကို ထုတ်နုတ်ရေးနေတာ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ရဲ့ ရွှေရတုခေတ်ဆီသို့ ရည်မှန်း ရွှေလျားလျက်ရှိသည်ကို သတိတရားရစွာဖြင့် ဆင်ခြင်မိပါတယ်။ တရားဖြင့် ကျင့်ကြံနေထိုင် ရန်၊ သည်းခံစိတ်ရှိရန် အမြဲပြောတဲ့ ဆရာကြီး ဦးခင်မောင်လတ် ဆုံးပါးခဲ့ရပြီ။ ဘာမဆို လိုချင် တဲ့ဟာရှိရင် Reference ရှာပေးခဲ့တဲ့ ဆရာကြီး ဦးချစ်ဦးလည်း ပင်စင်သွားပြီး၊ သိပ်ခင်ခဲ့တဲ့ ဆရာ၊ ဆရာမများလည်း နိုင်ငံခြားသို့ ပြောင်းရွှေ့ အလုပ်လုပ်လျက် ရှိကြသည်။

အရေးကြီးသည်မှာ...

- မိမိတို့ခေတ်တွင် မိမိတို့ လုပ်ဆောင်ချက် များ သမိုင်းတွင်ရစ်၊ အတင်ခံနိုင်ရန် ကြိုးစားကြဖို့ပင် ဖြစ်ပါသည်။
- ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအနေဖြင့် ဆရာရေးသား တင်ပြခဲ့သလို မိမိတို့အနေ ဖြင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ကောင်း များဖြစ်အောင် တစ်ဦးချင်းသော်လည်း ကောင်း၊ အတန်းလိုက်သော်လည်းကောင်း ကြိုးစားအားထုတ်ကြပြီး တိုးတက်လျက် ရှိသော မိမိတို့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေး လောကတွင် နောင်တစ်နေ့ တာဝန်ယူနိုင် မည့် အနာဂတ်၏ မျိုးဆက်သစ်၊ သွား ဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်များ၊ နိုင်ငံသား ကောင်း၊ သမီးကောင်းများဖြစ်အောင် ယခုကပင် ကြိုးပမ်းကြဖို့ လိုပါတယ်။
- ကျွန်တော်တို့ Faculty Member ဆရာ၊ ဆရာမများအနေဖြင့်လည်း မိမိတို့ ကျရာ တာဝန်ကို ကျေပွန်စွာ ထမ်းဆောင်ဖို့၊ တပည့်များကို ပညာ အမွေပေးခဲ့ဖို့၊ နိုင်ငံ ဝန်ထမ်းကောင်းဘဝမှာ အမြဲရပ်တည်နိုင်ဖို့၊ မျိုးဆက်သစ်တို့ တိုးတက်ရန်ဖို့ အမြဲကြံစည် အားထုတ်ကြပါလို့ တိုက်တွန်းလိုပါတယ်။
- သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် (ရန်ကုန်) ရွှေရတု ကာလကို တွေးကြည့်လျှင်

၂၀၁၄ ခုနှစ် ဆိုသည်မှာ ၁၀ စုနှစ်တစ်ခုသာ ကျန်ရှိပါတော့သည်။ ယင်းကာလတွင် ကျွန်တော်အပါအဝင် လက်ရှိတာဝန် ထမ်းဆောင်လျက် ရှိသေးသော ဆရာ၊ ဆရာမကြီး အတော်များများ အငြိမ်းစားယူရမည်။ သို့မဟုတ် ယူပြီးကြသည့် အသက်အရွယ်သို့ ရောက်ရှိနေမည် ဖြစ်လေသည်။ ဤသည်မှာ လောကဓမ္မအရ ပြုကွဒိန် နေရက်များလို ရေတွက် ကြည့်နေခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

‘ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ သူမနော၊
တရားသဘောကြီးသာ
အထင်အရှား ရှိပေသည်တကား’

ဆိုသည့် တောင်မြို့ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ တရားသံများကို ကြားယောင်မိသည့်အခါ၊ ခန္ဓာဝန်ချလေပြီဖြစ်သော မိမိ၏ ရဟန်းဥပဇ္ဈယ်ဆရာ ရွှေဥမင်တောရ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏

- နှလုံးသားမှာ ဘုရားတည်
- သာသနာ ကိုယ်မှာရောက်၊
- သတိတစ်လုံး အစဉ်သုံး၊
- သိ၍-သိ၍နေ။

ဆိုသည့် အဆုံးအမများကို သတိရသည့်အခါ၊ ဪ ငါတို့လည်း မငယ်တော့ပါလား။ အချိန်ရှိသရွေ့တော့ လောကီလောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာမျှတအောင် ကြိုးစားရဦးမည်။ မိမိ profession အတွက် ကျန်ရှိနေသေးသော အချိန်များတွင် ကောင်းအောင် ကြိုးစားမည်ဟု သန္နိဋ္ဌာန်ချရင်း သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ် ၄၀ ပြည့်၊ ပတ္တမြားရတုမဂ္ဂဇင်းတွင် အမိတက္ကသိုလ် အကြောင်း တစေ့တစောင်း ဂုဏ်ပြု တင်ပြလိုက်ရပါသည်။

မျိုးဝင်း
သွားဘက်ဆိုင်ရာ
ဆေးတက္ကသိုလ်၊
ရန်ကုန်။

အို ... အမေ

သ

အို ... အမေ
အမေမေတ္တာတွေ
စမ်းရေလို
စီးဆင်းခဲ့လို့
ကျန်တော့ဘဝ
အေးချမ်းခဲ့ရတယ်...

အို ... အမေ
ဘဝတစ်ခုကို
လျှောက်လှမ်းဖို့
ကြိုးစားရင်း
အမေနဲ့ဝေးရတဲ့
ကျန်တော်လေ
အမေကိုလွမ်းလို့
ငိုမိတယ် ...

အို ... အမေ
ပူပြင်းတဲ့နေ့ရက်တွေမှာ
အမေရင်ခွင်ကို
တမ်းတရင်း
သတိရမိတဲ့
ကျန်တော်လေ
အမေကိုလွမ်းလို့
ငိုမိတယ်...

အို ... အမေ
ရက်၊ လ တို့ကြာ
အချိန်တွေ ကုန်လာခဲ့ပေမယ့်
အမေကို
လွမ်းလို့ကျတဲ့မျက်ရည်တွေ
မိုးရေတွေလို ရွာကျဆဲပါပဲ ...

သ

၂၀၁၅ . ၅ . ၂၀၀၄၊



ဆန္ဒ

အိုင်း

ချစ်သူရေ
ဖြစ်နိုင်မယ်ဆိုရင်
နင်ရဲ့မျက်လုံးအိမ် မေးမှေးထဲမှာ
ငါတစ်ယောက်တည်းကိုပဲ မြင်နေစေချင်တယ်

ချစ်သူရေ
ဖြစ်နိုင်မယ်ဆိုရင်
နွေးထွေးစွာကမ်းလင့်လာမယ်
နင်ရဲ့လက်သွယ်သွယ်လေးတွေကို
ငါတစ်ယောက်တည်းပဲ ပိုင်ဆိုင်ချင်တယ်

ချစ်သူရေ
ဖြစ်နိုင်မယ်ဆိုရင်
နင်ရဲ့ သွယ်လျတဲ့ ခြေထောက်တွေနဲ့
လှမ်းမယ့်ခြေလှမ်းတွေရဲ့ နောက်ကို
ဖဝါးထပ်မျှ တစ်သက်လုံး လိုက်ခွင့်ရချင်တယ်

ဒါပေမဲ့.....ချစ်သူရယ်
ဖြစ်ချင်တာတွေ ဖြစ်လို့မရမှန်း
သိလိုက်ရတဲ့အခါ နင်နင်းချေလိုက်တဲ့
ငါ့ရဲ့နှလုံးသားထဲမှာ
ငါ့ရဲ့စိတ်ဆန္ဒနဲ့ နင်ရဲ့ငြင်းဆိုမှုတွေကိုပါ
အပြီးအပိုင် သော့ခတ်သိမ်းထားလိုက်ပါပြီ
ချစ်သူရယ်...

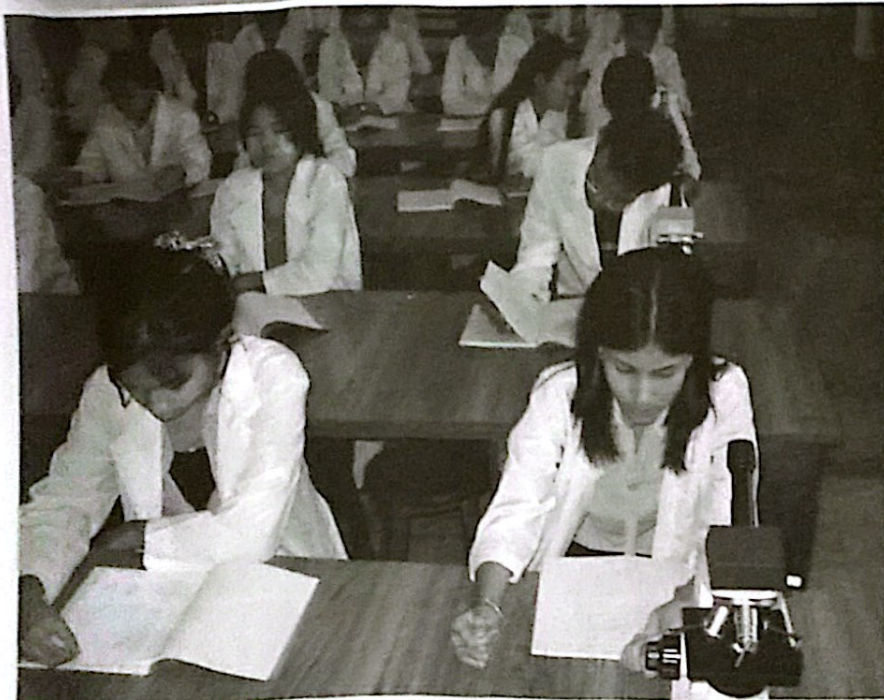


အိုင်း

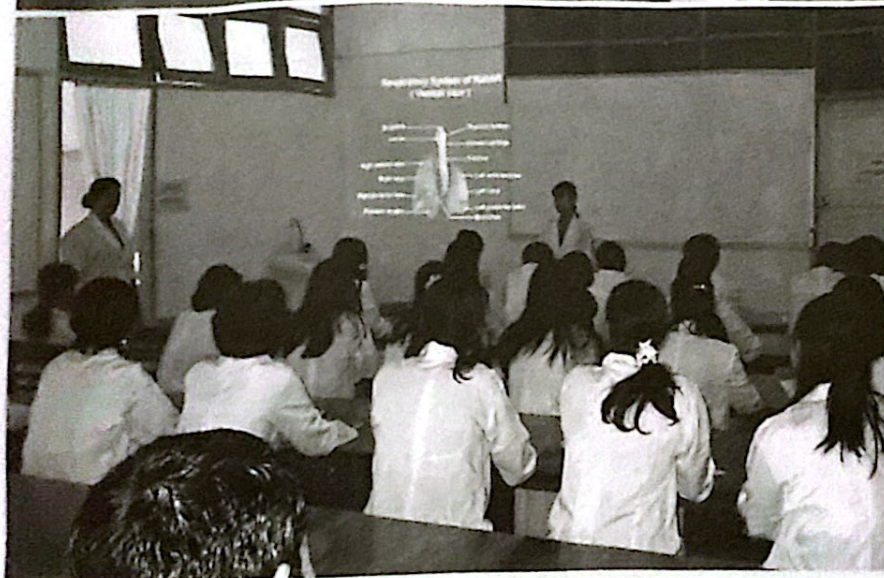
နိုင်ငံသားကောင်း
သွားဆရာဝန်လောင်း
တို့နှင့်
ဘွဲ့လွန်ဆေးပညာရှင်
တို့၏
သင်ကြားရေးမှတ်တမ်း



ပထမနှစ်
သင်ကြားရေး
ခန်းမဆောင်

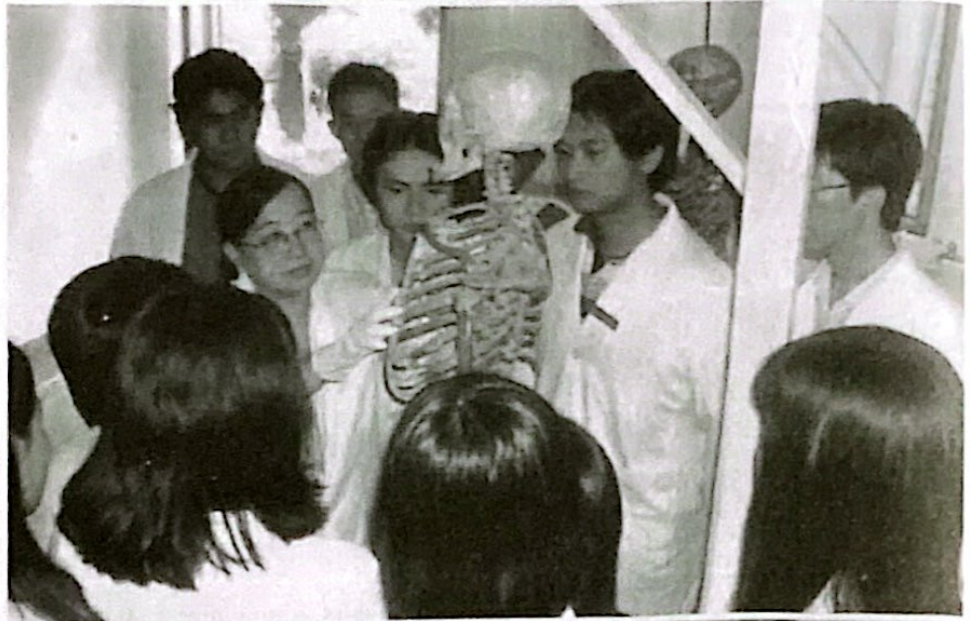


ပထမနှစ်
ရုက္ခဗေဒ
လက်တွေ့ခန်း

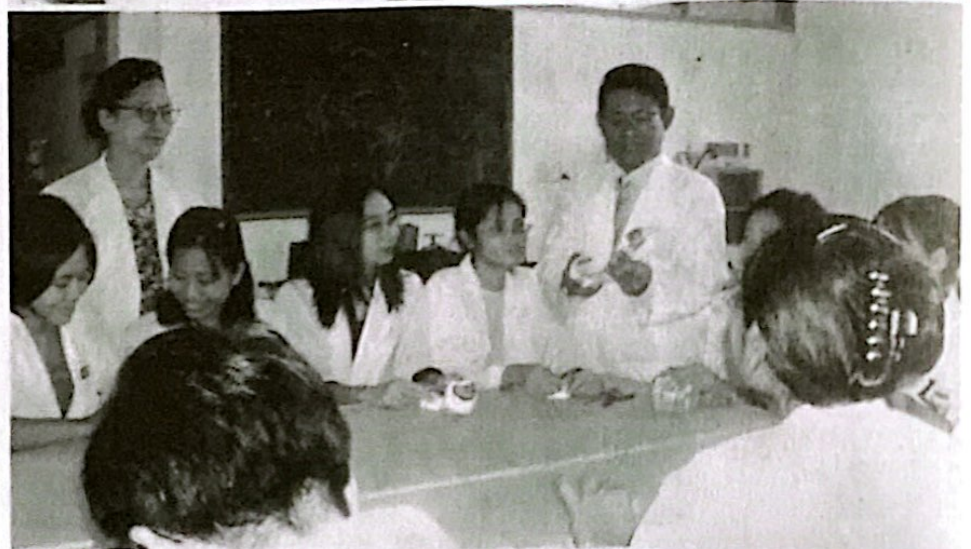


ပထမနှစ်
သတ္တဗေဒ
လက်တွေ့ခန်း

ဒုတိယနှစ်
ခန္ဓာဗေဒ
လက်တွေ့ခန်း



သွားတုဆေးပညာ
လက်တွေ့ခန်း



သွားတုဆေးပညာ
ကုသခန်း၌

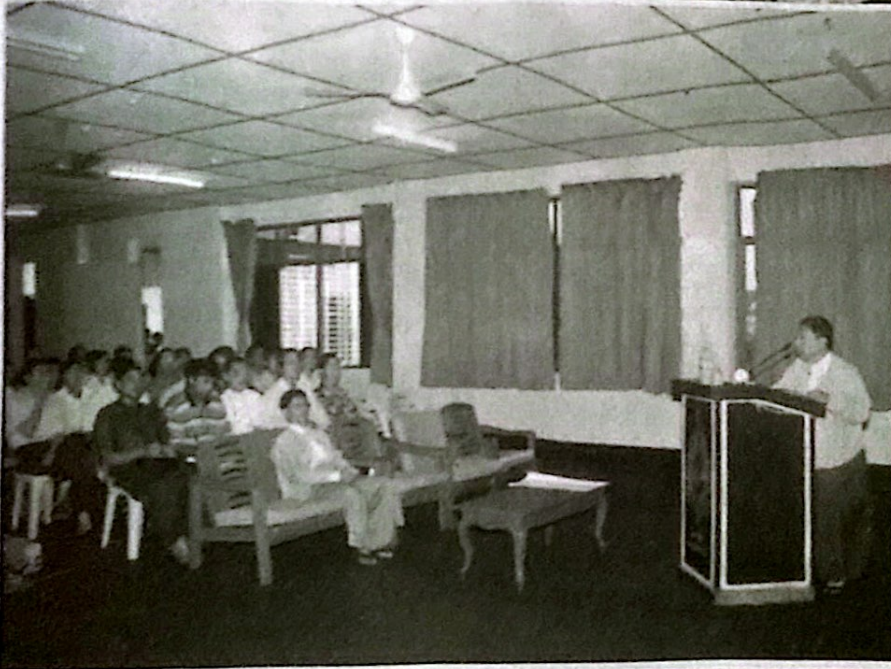




သွားရောဂါကု
ဆေးပညာ
ကုသခန်း၌



မျက်နှာနှင့်
မေးရိုး
ခွဲစိတ်ခန်း၌



ဘွဲ့ရဆရာဝန်များ၏
စဉ်ဆက်မပြတ်
ပညာသင်ကြားရေး

ပြည်သူ့ဘဝ
ကွင်းဆင်းကုသ
ကျန်းမာရေး
ပညာပေး
ဟောပြောခြင်းများ၏
အစောပိုင်းကာလ



အထိမ်းအမှတ်
အလံကို
လဲလှယ်ကြ



ကွင်းဆင်းကုသအဖွဲ့၏
ပဏာမ
ရောဂါရှာဖွေရာ





ထားဝယ်မြို့



(ဝဲ) ပညာလည်းပေးမယ်
(ယာ) အဝလည်းစားမယ်



(ဝဲ) တက်သည့်ပညာ
မနေသာ ဆိုသလို
(ယာ) သမီးရဲ့သွားတွေ
ကောင်းရဲ့လား

တမ်းတဖွယ်ရာ တက္ကသိုလ် ပုံရိပ်များ

နဝရတ်

၁၃.၉.၂၀၀၄

စက္ကန့်မှ မိနစ်၊ မိနစ်မှ နာရီ၊ နာရီမှ ရက်၊ ရက်မှ လ၊ လမှ နှစ်၊ နှစ်များစွာမှ ရာစုစသည်ဖြင့် အချိန်တို့သည် တရွေ့ရွေ့ ပြောင်းလဲလျက်သာ ရှိနေပါတော့သည်။ ကျန်ခဲ့ပြီဖြစ်သော ကုန်လွန်ခဲ့သည့် အတိတ်ကာလများကို သတိရလွမ်းမောမှုများ ရှိသကဲ့သို့ အနာဂတ်ကိုလည်း ဘဝမျှော်မှန်းချက် တစ်ခုအဖြစ် အားထားကြိုးစားရမှုများ ရှိနေတတ်ပါသည်။ ရာစုနှစ် အလီလီ ပြောင်းလာခဲ့သည်နှင့်အမျှ ယခု နှစ်ဆယ့်တစ်ရာစု၌ မျက်ဝါးထင်ထင် တွေ့မြင်ခံစားနေရသော အသီးအပွင့်တစ်ခုကို သတိထားမိနေပါတော့သည်။

တင့်တင့်တယ်တယ်၊ လှလှပပ၊ ခမ်းခမ်းနားနားဖြင့် ဆွဲဆောင်မှုရှိသည့် အဆောက်အဦများ၊ စိမ်းစိမ်းစိုစို၊ သာသာယာယာ၊ စိစိရီရီဖြင့် အေးငြိမ်းသော အရိပ်အာဝါသတို့ဖြင့် ရောပြွမ်းသော ကျယ်ဝန်းသောနယ်မြေအတွင်း ကျောက်မျက်ရတနာကိုးပါးသဖွယ် အရောင်အသွေး စုံလင်စွာဖြင့် လှပကျော့ရှင်း ငယ်ရွယ်ခြင်း၊ ဘဝအတွက် အားမာန်အပြည့် မျှော်လင့်ခြင်းတို့ကို ပိုင်ဆိုင်ထားသည့် လူငယ်မောင်မယ်လေးများဖြင့် အလှဆင်ထားအပ်သော ရှုမငြီးသည့် သဘာဝမြင်ကွင်းကြီးပင် ဖြစ်သည်။ နေရာကား ရန်ကုန်မြို့၊ သင်္ကန်းကျွန်းမြို့နယ်၊ သံသုမာလမ်းမကြီးပေါ်တွင် တည်ရှိနေသော သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်၌ နေ့စဉ်မျက်မှောက်ကာလ၌ တွေ့မြင်နေရသော မြင်ကွင်းအလှ ပန်းချီကားတစ်ချပ်သာလျှင် ဖြစ်ပါတော့သည်။

ဤသို့ လှပ၍ ဆွဲဆောင်မှုရှိသော အမိနိုင်ငံတော်၏ အနာဂတ်ပညာရှင်များ မွေးထုတ်ပေးရာ စိတ်နှလုံး ချမ်းမြေ့ကြည်နူးဖွယ် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ကြီးကို မမှီတ်မသုန်သော မျက်စေ့အစုံတို့ဖြင့် စူးစိုက်ကြည့်ရှုနေရင်းမှာပင် လွန်လေပြီးသော အတိတ်မှ အရိပ်တို့သည် မှုန်ဝါးဝါး စတင်ပေါ်ပေါက်လာရာမှ တဖန် ထင်ထင်ရှားရှား ပီပီပြင်ပြင် ရပ်ရှင်ပိတ်ကားသဖွယ် ပြည်လည် ခံစားမိပါတော့သည်။

လေပြေအနောတွင် ဝေကာဝေကာ ကြွေကျလာသော အရောင်လွင်လွင် အလှသခင်များကား စွယ်တော်ပွင့်ကလေးများ ဖြစ်ပါသည်။ ပင်လုံးကျွတ်မျှ ပွင့်နေသော စွယ်တော်ပွင့် ဖြူဖြူကလေးများဖြင့် နှစ်လွှာပေါင်းမှ တစ်ရွက်ဖြစ်ရှာသော အရွက်စိမ်းစိမ်းတို့ကို ပိုင်ဆိုင်ရာ စွယ်တော်ပင်ကလေးသည် ကား သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၏ တစ်ခုတည်းသော အဝင်ပေါက်၏ လက်ဝဲဘက်တွင်တည်ရှိပြီး ကျောင်းအတွင်းသို့ ဝင်လာသူတို့ကို အေးချမ်းသော အရိပ်၊ သင်းပျံ့သော ရနံ့တို့ဖြင့် ကြိုဆိုလျက်ရှိပါသည်။ ထို့နောက်တွင် တော့ ဖြူဖွေးလှလှ စကားပန်းလှလှလေးတို့ဖြင့် တန်ဆာဆင်အပ်သော တရုတ်စကားပင်တို့ ပျော်စရာ ကျောင်းဝန်းအတွင်း ရောက်ပါတော့သည်။

နီကျာကျာ ပုဏ္ဏရိပ်ပင်တန်းကလေးတို့ဖြင့် လက်ဝဲဘက်မှ လည်းကောင်း၊ လက်ယာဘက်မှ လည်းကောင်း ခြံရံလျက်ရှိနေသော လမ်းကလေးမှာ တည်ငြိမ်ခန့်ညားစွာ တည်ရှိနေသော နှစ်ထပ် အဆောက် အဦကလေးနှင့် မျက်နှာစာ ပေါ်တီကို ဆင်ဝင်သို့ ဦးတည်လျက်ရှိပါသည်။ အဆောက်အဦ ဆင်ဝင်အောက်မှ လှေကား ထစ်အနည်းငယ်ကို တက်လှမ်းလိုက်ပါက မြန်မာ့အနုပညာ ပန်းခက်များ ခြယ်မှုန်းထားသော သံပန်းအလှတို့ဖြင့် အလှဆင်အပ်သော ဝင်ပေါက်တံခါးကြီးနှင့် အတူ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် (INSTITUTE OF DENTAL MEDICINE)နှင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာတံဆိပ်ကြီးတို့က ခမ်းနားထည်ဝါဝင့်ကြွားစွာဖြင့် နွေးနွေးထွေးထွေး ကြိုဆိုလျက်ရှိနေပါသည်။

ထိုနေရာကား မြို့တော်ရန်ကုန်၏ ထင်ရှားစည်ကားသော မြို့လယ်ဝန်းကျင် တစ်နေရာ၊ အတိအကျဆိုရသော် လသာမြို့နယ်၊ ရွှေတိဂုံဘုရားလမ်း၊ လေဟာပြင်ဈေးရှေ့၌ တည်ရှိ၍ စတင်ဖွင့်လှစ်သည့် အချိန်မှစကာ လူအများ၏ နှုတ်ဖျားတွင် ‘သွားကောလိပ်’၊ ‘သွားကောလိပ်’ ဟု ချစ်စနိုးဖြင့် ကမ္မည်းတင် ခေါ်ဆိုကြလျက် သွားနှင့်ခံတွင်း ရောဂါဝေဒနာများကို အားကိုးတကြီးလာရောက် ပြသကုသမှု ခံယူရာနှင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာရပ်များ သင်ကြားပို့ချပေးရာ မူလပထမ ကျောင်းတော်သာကြီးသာ ဖြစ်ပါတော့သည်။ ၁၉၆၄ ခုနှစ်မှ စတင်ကာ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်အဖြစ် ဖွင့်လှစ်ခဲ့ရာမှ ၁၉၇၄ ခုနှစ်တွင် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်အဖြစ် တိုးမြှင့်ခဲ့ပါသည်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာကို မြန်မာနိုင်ငံတွင် မျိုးစေ့ချပေးခဲ့သူ ဆရာကြီးဒေါက်တာ ဦးအောင်သန်း

တက္ကသိုလ် အဆောက်အဦအဝင် တံခါးဝမှ
ဆေးတံကိုခဲလျက် လက်ပိုက်ကာ
ခေါင်းတဆတ်ဆတ်ညိတ်ရင်း ကြည်နူးပီတိဖြာနေတတ်သူမှာ
ပါမောက္ခချုပ်ဆရာကြီးဦးအောင်သန်း၏ မူပိုင် ဟန်ဖြစ်ပါသည်။

သည် သွားကောလိပ်၏ ကျောင်းအုပ်ကြီးအဖြစ် လည်းကောင်း၊ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၏ ပထမဆုံး ပါမောက္ခအဖြစ်လည်းကောင်း ဦးစီးဦးဆောင်ပြုခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျေးဇူးရှင် ဆရာကြီးကား ယခု မရှိရှာတော့ပြီ။ ဆရာကြီးသည် ပါမောက္ခချုပ်အဖြစ်မှ ဩစတြီးယားနိုင်ငံဆိုင်ရာ မြန်မာသံအမတ်ကြီးအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲ တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါသေးသည်။ ဆရာကြီး၏နောက် ပါမောက္ခ ဦးခင်မောင်လေး၊ ပါမောက္ခ ဦးဌေးဆောင်၊ ပါမောက္ခ ဦးမြင့်နိုင်၊ ပါမောက္ခ ဦးပိုင်စိုးတို့က ဆက်လက်၍ ပါမောက္ခချုပ်တာဝန်ကို ထမ်းဆောင်ခဲ့ကြပြီး ယခုအခါ ပါမောက္ခဦးဘမြင့်မှ တာဝန်ယူ ထမ်းဆောင်လျက်ရှိပါသည်။

ဆရာကြီး ဦးအောင်သန်း၏ ဦးဆောင်မှုကြီးပမ်းမှုတို့ဖြင့် ပဲကိုင်းဆောင်ရွက်ခဲ့သော သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်သည် မြန်မာနိုင်ငံ၏ ပထမဆုံးသော သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန် (၂၀) ဦးခန့်ကို အောင်မြင်စွာ မွေးထုတ်ပေးနိုင်ခဲ့ပေသည်။ ထိုအချိန်က ဆရာကြီးနှင့်အတူ 'သွားကောလိပ်' မိသားစုဝင်များအဖြစ်...

- သွားပိုးစားရောဂါကို ဆေးပညာဌာနတွင် ဒေါက်တာ ဦးနန်းရှိန် (ယခု ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး (ငြိမ်း))။
- သွားနှင့်ခံတွင်း ခွဲစိတ်ကုဆေးပညာဌာနတွင် ဒေါက်တာ ဦးအောင်သန်း (၂) (ကွယ်လွန်)။
- မေးရိုးနှင့်ခံတွင်း ဆေးပညာဌာနတွင် ဒေါက်တာ ဦးခင်မောင်လေး (ယခု အငြိမ်းစားပါမောက္ခချုပ်)
- သွားတု ဆေးပညာဌာနတွင် ဒေါက်တာ ဦးသန်းလွင် (ပြည်ပတွင် ကွယ်လွန်)

- သွားပိုးရောဂါကို ဆေးပညာဌာနတွင် ဒေါက်တာဦးမြင့်နိုင် (ယခု အငြိမ်းစား ပါမောက္ခချုပ်)
- သွားညှိကုပညာဌာနတွင် ဒေါက်တာ ဦးအောင်မြင့် (အငြိမ်းစား ပြင်ပဆေးခန်း)
- ကလေးသွားရောဂါကို ပညာဌာနတွင် ဒေါက်တာဒေါ်ခင်စန္ဒာ (အငြိမ်းစား - ပြင်ပ)
- ကာကွယ်ရေးနှင့် လူထုသွားကျန်းမာရေးပညာဌာနတွင် ဗိုလ်မှူးသန်းခင်မောင် (ကွယ်လွန်)
- ရန်ကုန်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး အဆောင် (၁၅)၊ (၁၆) မှ တာဝန်ခံ ဆရာကြီး ဒေါက်တာဦးသက်ထားဝေ (အငြိမ်းစား - ပြင်ပ ဆေးခန်း)
- မော်ကွန်းထိန်း ဦးတင်ထွဋ် (အငြိမ်းစား)
- ငွေစာရင်းမှူး ဦးကျော်မွှေး (အငြိမ်းစား)
- စာကြည့်တိုက်မှူး ဒေါ်ခင်သက်ကြည်ကြည် (ကွယ်လွန်)

နည်းပြဆရာများအဖြစ် ဒေါက်တာဦးခင်မောင်လတ် (ကွယ်လွန်)၊ ဒေါက်တာဦးကျော်စိန် (အငြိမ်းစား)၊ ဒေါက်တာ ဦးအောင်ကိုး (အငြိမ်းစား၊ ပြင်ပဆေးခန်း)၊ ဒေါက်တာ ဦးတင်မောင်မောင် (အငြိမ်းစား၊ ပြည်ပ)၊ ဒေါက်တာဦးချစ်ဦး (ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး (ငြိမ်း))၊ ဒေါက်တာ ဦးပိုင်စိုး (အငြိမ်းစား ပါမောက္ခချုပ်)၊ ဒေါက်တာဦးဘမြင့် (ယခုလက်ရှိ ပါမောက္ခချုပ်)၊ ဒေါက်တာဦးအောင်သန်း(၃) (အငြိမ်းစား၊ ပြင်ပဆေးခန်း)၊ ဒေါက်တာ စဝ်သန့်ရီ (အငြိမ်းစား၊ ပြည်ပ) တို့သည် လက်တွဲညီညီ ပါဝင်ခဲ့ကြပေသည်။ ထို့ပြင် အင်္ဂလန်မှ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာရှင်များဖြစ်ကြသော

- ဆာရောဘတ် ဘရက်ဒ်လော (Sir Robert Bradlaw)
- မစ္စတာဗယ်လန်တိုင်း (Mr. Valentine)
- မစ္စတာ + မစ္စစ် ရော်ဘင်ဆင် (Mr & Mrs Robinson)
- ဒေါက်တာ စမစ် (Dr - Smith)

တို့ကလည်း သင်ကြားရေးအတွက် ပါဝင်ကူညီခဲ့ကြပါသည်။ ဒေါက်တာဝေါရီနှင့် အင်ဒိုနီးရှားမှ ဒေါက်တာဘာဇူးကီးတို့လည်း ပံ့ပိုးကူညီခဲ့ပါသည်။

သွားကောလိပ်အဆင့်တွင် ကြုံတွေ့ခဲ့ရသော အခက်အခဲတစ်ရပ်ကို အမှတ်ရမိပါသည်။ ပြဿနာမှာ အမည်တူ၍ လူကွဲသည့် ပြဿနာဖြစ်ပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံသွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးလောကတွင် အတူတကွ အလုပ်လုပ်ရာ အဆောက်အဦ၏ တစ်မိုးအောက် တစ်ချိန်တည်းတွင် 'ဒေါက်တာ

ဦးအောင်သန်း(၃)ဦး ပေါ်ပေါက်ခဲ့ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ လူနာများအကြားတွင် လည်းကောင်း၊ မိတ်ဆွေများအကြားတွင် လည်းကောင်း၊ ကျောင်းသူကျောင်းသားများအကြားတွင် လည်းကောင်း၊ အထူးသဖြင့် အပြောချိုသော အပျိုချောတို့အကြားတွင် လည်းကောင်း မျက်စေ့လည် လမ်းမှားခဲ့ကြရပါသည်။ အကြောင်းမှာ လေးစားအပ်သော ဆရာကြီး ဦးအောင်သန်းမှလွဲ၍ ကျန်သောဆရာ ဦးအောင်သန်းနှစ်ယောက်မှာ လူပျိုလူလွတ်များ ဖြစ်သည့်အပြင် နိုင်ငံခြားပြန်၊ ပညာတော်သင်ဆု လူခန့်လူချောချည်းများသာ ဖြစ်ကြလေသောကြောင့်တည်း။ ထို့ကြောင့် နံပါတ်စဉ် (၁) (၂) (၃) တပ်ခဲ့ကြရပါသည်။ ဆရာကြီး ဦးအောင်သန်းမှာ မူလပထမ နံပါတ်(၁) ဖြစ်ပြီး ဂျာနယ်ပြန် ဆရာဦးအောင်သန်းမှာ (၂)ဟု သတ်မှတ်ကာ ဆိုဗီယက်ပြည်ထောင်စုပြန် ဆရာဦးအောင်သန်းမှာ ဦးအောင်သန်း(၃) ဖြစ်လာကြရပါတော့သည်။ အချိန်တွေလည်း ပြောင်းလာခဲ့ပါပြီ။ ကျန်ခဲ့သော အတိတ်ကာလအတွင်း၌ ဆရာကြီး ဦးအောင်သန်းနှင့် ဒေါက်တာ ဦးအောင်သန်း (၂)တို့ ကွယ်လွန်ခဲ့ကြရှာလေပြီ။ ဆရာကြီးနှစ်ဦးတို့၏ ပုံရိပ်သွင်ပြင်များကို သတိရ လွမ်းမောမိပါသည်။ ဒေါက်တာဦးအောင်သန်း(၃) တစ်ဦးသာ သက်ရှိထင်ရှား ကျန်လျက် ရှိပါတော့သည်။ ဆေးကျောင်းသားများထဲမှ ဒေါက်တာအင်ဟိုးသည်လည်း 'ဒေါက်တာအောင်သန်းဦး' အမည်ယူခဲ့ဖူးပါသည်။ ယခုခေါ် ပြည်ပတွင်ရှိနေပါသည်။

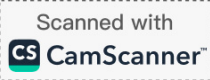
သွား/ဆေးတက္ကသိုလ်တွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ကြသော ဆရာ၊ ဆရာမများ၊ ဝန်ထမ်းများ၊ ပညာသင်ရန် လာကြသော ကျောင်းသားကျောင်းသူများကို တက္ကသိုလ်အဆောက်အအုံအဝင် တံခါးဝမှ ဆေးတံကိုခဲလျက် လက်ပိုက်ကာ ခေါင်းတဆတ်ဆတ်ညိတ်ရင်း ကြည့်နှုတ်တိတ်ဖြာနေတတ်သူမှာ ပါမောက္ခချုပ်ဆရာကြီးဦးအောင်သန်း၏ မူပိုင်ဟန် ဖြစ်ပါသည်။ ဆရာဖြစ်စေ၊ ကျောင်းသားဖြစ်စေ သတ်မှတ်ထားသော အချိန်ထက် နောက်ကျမှ ရောက်လာခဲ့သော် ဆရာကြီးက ဘယ်တော့မှ နှုတ်ဖြင့် အပြစ်မတင်ပေ။ မဆူပေ။ ဘယ်လက်မှ နာရီကို အသာအယာမြှောက်၍ အချိန်ကိုကြည့်ရှုခြင်း အမူအရာဖြင့် သတိပေးလေ့ရှိပါသည်။ ထိုသို့ကြုံရသူတိုင်းမှာ ရင်ခုန်ရခြင်း၊ ကြောက်ရွံ့ရခြင်း၊ လေးစားရခြင်းတို့ဖြင့် နောင်ကို နောက်မကျရလေအောင် အချိန်ကို တိတိကျကျ စည်းကမ်းလိုက်နာနိုင်အောင် ကြိုးစားကြပြီး မိမိလုပ်ရပ်ကို ပြင်ခဲ့ကြပါသည်။ ဆရာကြီး၏ ခေါင်းဆောင်ပီသသော ချစ်ခင်လေးစားဖွယ်ရာ ဆုံးမမှုတစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။

သွား/ကောလိပ် အနေအထားမှာပင် ဘာသာရေးပွဲများ၊ ထမင်းစားပွဲများ၊ သင်္ကြန်ရေကစားမဏ္ဍပ်များ၊ စင်တင်စတိတ်ချ်ပွဲများ အလွန်အမည်ကြီးခဲ့ပါသည်။ နှစ်သစ်ကူးသည့် တန်ခူးလသင်္ကြန်အခါတွင် ဆရာကြီးနှင့် တကွ ဆရာဆရာမများ၊ ကျောင်းသားကျောင်းသူများ ပါဝင်ရေကစားကြသော သွားကောလိပ်ရှေ့မှ ရေကစားမဏ္ဍပ်မှာ ရေပက်ခံကားများ မရောက်ရောက်အောင် သွားရသည်အထိ နာမည်ကြီးလှပါသည်။ အနုပညာလောကတွင်လည်း ဒေါက်တာ မခင်ဇော်၊ ဒေါက်တာ ခင်ထားရီ၊ ဒေါက်တာ တင်မိုးသန်းတို့သည် နာမည်ကျော် အငြိမ့်မင်းသမီးများ၊ သရုပ်ဆောင်များအဖြစ် ထင်ရှားခဲ့ကြသည်။ အဆိုတော် တက္ကသိုလ်ထွန်းနောင်၊ ဇေလတ်၊ ဘွန်ဘွန်း၊ ဟာသသရုပ်ဆောင် ဇာဂနာ၊ ပလာယာ၊ တင်ချာ စသူတို့ လည်း ပေါ်ထွန်းခဲ့ကြပါသည်။ အားကစားတွင်လည်း အတန်းလိုက်ပြိုင်ပွဲများ၊ ဘောလုံးပွဲများ၊ ပြေးခုန်ပစ်ပွဲများ ကျင်းပခဲ့ပြီး တက္ကသိုလ်များ၏ စံချိန်သစ်များ တင်ခဲ့သည့် အစဉ်အလာများလည်း ရှိပါသည်။

သွားကောလိပ်ကို ပြန်ပြောင်းသတိရလျှင် သပ်သပ်ရပ်ရပ် ဝတ်ဆင်ကြ၍ အလွန်စမတ်ကျသော သွား/ဆေးကျောင်းသားများအကြောင်း မပါလျှင် မပြီးပေ။ ၎င်းအချိန်က ရန်ကုန်မြို့တွင် ရှိသော တက္ကသိုလ်အသီးသီးရှိ အလှူကြွယ်သော ကျောင်းသူများအကြား၌ သွားကောလိပ်၊ နောက်သွား/ဆေးတက္ကသိုလ်များမှာ မဟာစကား ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ ပုံအသွင် မြင်ယောင်ကြည့်ပါက ရုပ်အင်္ကျီနှင့် လည်စီး၊ ဘောင်းဘီရှည်နှင့် ရှူးဖိနပ်၊ ဂျူတီကုတ် ဖြူဆွတ်ဆွတ်နှင့် လှမှလှ၊ ခန့်မှခန့်၊ ပညာတတ်၊ ရုပ်ချော၊ သဘောကောင်း၍ စမတ်ကျသော သွားဆေးကျောင်းသားတို့၏ သိသာထင်ရှားသော စတိုင်(ဝါ) အမှတ်အသားပင် ဖြစ်ပါသည်။ ယင်း အချိန်က ကျောင်းသားများ ဖြစ်ခဲ့ကြသော ပါမောက္ခ ဦးကိုကိုမောင်၊ ပါမောက္ခ ဦးပွင့်ဖူး၊ ပါမောက္ခ ဦးသိန်းထွဋ်၊ ပါမောက္ခ ဦးမျိုးဝင်း၊ ပါမောက္ခ ဦးသိန်းကြူတို့၏ ငယ်မူငယ်သွေးများကို ပြန် လည် မြင်ယောင်မိနေပါတော့သည်။ ရန်ကုန်မြို့ရှိ အပျိုချောကလေးများ၊ သမီးရှင် အန်တီကြီးများ၊ ကျောင်းသူအလှပဂေးများ၊ 'ကွင်း' များသည် သွားကောလိပ်သို့ ယင်းအချိန်က မရောက်ဖူးခဲ့လျှင် ခေတ်မမီတော့သယောင်။ ဆရာတွေကလည်း လူပျိုတွေများ၊ ကျောင်းသားတွေကလည်း ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ် ဆွဲဆောင်မှုအပြည့်ပင် မဟုတ်ပါလား။ ရင်ခုန်ဖွယ်ရာ၊ ဝမ်းသာစရာ၊ အံ့သြကြည်နူးဖွယ်ရာ၊ ကြေကွဲစရာ ဇာတ်လမ်းလေးတွေမှာလည်း ကြုံခဲ့ရ၊ ဆုံခဲ့ရ၊ လွမ်းမောခဲ့ရပါသေးသည်။

အတိတ်တို့သည် ကျန်ခဲ့ချေပြီ။ ကုန်လွန်ခဲ့သော အချိန်တို့သည်ကား ပြန်လည်ဆွဲယူ၍ မရနိုင်ကောင်းချေ။ သို့သော် ကြုံခဲ့၊ ဆုံခဲ့၊ အမှတ်တရဖြစ်စေခဲ့သည့် သွား/ဆေးပညာ မိသားစုတို့၏ ပျော်ရွှင်ဖွယ်ရာ၊ မှတ်သားဖွယ်ရာ၊ လွမ်းမောတသဖွယ်ရာတို့ကား အစဉ်သဖြင့်သာ ရင်မှာခံစားရင်း တသသ အမှတ်တရ ဖြစ်နေမိပါတော့သတည်း။

နဝရတ်





သို့ . . . အကွမ်းများ

Julian

မိုးတွေက
သဲသဲမည်းမည်း
အငြိုးတကြီးနဲ့ ရက်စက်
ငါ့အသည်း ခပ်အက်အက်မှာ
အလွမ်းတွေကို ပုတ်နှိုးဦးမယ်

ပြကွဒိန်ဟောင်းတစ်ခုရဲ့
ဗုဒ္ဓဟူးညနေလေးမှာ
မိုးသဲသဲ ရွာခဲ့ဖူးတယ်
ကွဲအက်လှ ကြည်နူးမှုတွေနဲ့
မျက်ဝန်းကတစ်ဆင့် နှမ်းခဲ့ဖူးတယ်
ပေးဆပ်တဲ့ တပ်မက်မဲ့
ရမ္မက်မဲ့အချစ်တွေ
ပေးခဲ့ဖူးတယ် (ရခဲ့ဖူးတယ်)
ညနေလေးရဲ့ မုန်တိုင်းအောက်မှာ
နှလုံးသားတစ်စုံ မျောခဲ့ရဖူးတယ်

မင်းအချစ်နဲ့ နီးထမဲ့ နှလုံးသားမှာ
မင်းကိုယ်တိုင် ပျိုးခဲ့တဲ့အပင်လေးမို့
အမြစ်တွယ် ရှင်သန်ခွင့်ပေးမယ်
ငါ့မေတ္တာ၊ ငါထားတဲ့ သစ္စာအတွက်
ငါ့နှလုံးသွေးနဲ့ ပျိုးထောင်ထားမယ်
မင်းပြန်လာတဲ့အထိ



ပျော်ခဲ့ရ ချင်ခဲ့ရ သွားကျောင်းသားဘဝ

တက္ကသိုလ်ထွန်းနောင်

မောင်နောင်ဘဝရဲ့ အပျော်ဆုံးအချိန်တွေကတော့ Dental student life 'သွားကျောင်းသားဘဝ'ပဲ။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်လည်း ပတ္တမြားရတနာတွေနေတောင် ရောက်ပြီဆိုတော့ မောင်နောင်တစ်ယောက် ပျော်ခဲ့၊ မြူးခဲ့၊ ရူးခဲ့တာတွေလည်း နှစ်လေးဆယ်တောင် ကြာခဲ့ပြီပေါ့။ လူလည်း ဘဝရဲ့ဆည်းဆာချိန်၊ အသက်အားဖြင့် ၆၀ပြည့်ဖို့ လက်တစ်လုံးပဲ လိုတော့တာကိုး။ ဒါပေမယ့် 'သွားကျောင်းသားဘဝ'ကိုတော့ မနေ့တုန်းက အဖြစ်လို ထင်နေတုန်း။

၁၉၆၄ မှာ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ် စဖွင့်တယ်။ မောင်နောင်လည်း အဲဒီနှစ်မှာပဲ သွားကျောင်းသား စဖြစ်တာပဲ။ တစ်နည်းအားဖြင့် ကျောင်းစတင်ကတည်းက အတူပါလာတဲ့ သွားကျောင်းသားပေါ့နော်။

၁၉၆၄ မှာ တက္ကသိုလ်ဝင်တန်းကို မော်လမြိုင်က အောင်တယ်။ ကြုံလို့ ပြောရဦးမယ်။ ကိုယ်တို့ အောင်တဲ့နှစ်က ဆယ်တန်း အောင်ချက်က ၃.၅ % ထဲရယ်ပါ။ ကိုယ်တို့ မတိုင်ခင်နှစ် ၆၃ တုန်းကလည်း ၂.၈ လား၊ ဒီလောက်ပဲ အောင်တာ။ အောင်ရင် ကိုယ့်နယ်မှာတော့ သူရဲကောင်းပဲ။ ဂုဏ်ထူးတစ်ခုလောက် ပါရင် ကိုယ်စုပါပဲ။ နှစ်ခုပါလို့ကတော့ လူစင်စစ်မှ ဟုတ်ရဲ့လားလို့ ထင်တဲ့အချိန်။ မောင်နောင်က Chemistry ဂုဏ်ထူးနဲ့ အောင်တာပါ။ အဲသလောက်ဟာ

ထိ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်ဆည်မူ့ဝင်း ၂၀၀၄



ကိုယ် အဲဒီအချိန်တုန်းကတော့ ဆရာကြီးပဲ။
ထားလိုက်ပါ။ ပြောချင်တာက ဆယ်တန်းအောင်
ရင် မော်လမြိုင်ကောလိပ် တက်မယ်ပေါ့။ ဟို
တုန်းက ဒီလောက်ပဲလေ။ မော်လမြိုင်မှာ
ဥပစာတန်း နှစ်တန်းအောင်ရင် ရန်ကုန် တက္က
သိုလ် ဆက်တက်။ ဒါက မောင်နောင်တို့ ဆယ်
တန်းအောင်တဲ့ ၁၉၆၄ အထိ အနေအထား။
အဲဒီနှစ် ကျောင်းတွေ ဖွင့်တော့ စနစ်သစ်ပညာ
ရေးက စတာကိုး။ အဲဒီမှာ အသက်မွေးဝမ်း
ကျောင်းတက္ကသိုလ်၊ ကောလိပ်တွေကို သီးခြား

စတင် ဖွင့်လှစ်ပါတော့တယ်။ ဆယ်တန်းအောင်ပြီးသား ကျောင်းသားတွေကို
တက္ကသိုလ်များလမ်းညွှန်ဆိုတဲ့ စာအုပ်ကို အမှတ်စာရင်းနဲ့ အတူတူ ထုတ်ပေး
တယ်။ တက္ကသိုလ် အသီးသီးက လက်ခံမယ့် အနိမ့်ဆုံး အမှတ်စာရင်းတွေ
ကိုလည်း ထုတ်ပြန်တယ်။ အဲဒါနဲ့ ချိန်ပြီး လျှောက်ကြဆိုတဲ့ သဘောပါပဲ။
ကိုယ့် အမှတ်က ဆေးတက္ကသိုလ် (၁)ရဲ့ သတ်မှတ် အမှတ်ထက် မြင့်ပါတယ်။
ဦးလေးလို ရပ်ဆွေရပ်မျိုးလိုဖြစ်နေတဲ့ ဒေါက်တာတင်ရွှေ (စာရေးဆရာ
ဆရာဝန်တင်ရွှေ) (ကွယ်လွန်)ကိုမေးတော့ 'ဟေ့ကောင် ထွန်းနောင်၊ သွား
ဆရာဝန်ကမှ တကယ့်ရွှေ၊ လက်ဖျားငွေသီး၊ အဲဒါကို ရွှေစမ်းပါ၊ ကျောင်း
လည်း ဒီနှစ်မှ စဖွင့်တာ၊ ခေါ်တာကလည်း အယောက် ၂၀ ထဲ၊ First
Batch လည်း ဖြစ်ပြန်ဆိုတော့ Chance များတယ်တဲ့။ ဦးလေး ဆရာဝန်ရဲ့
အကြံက အကျိုးအကြောင်း ညီညွတ်တာက တစ်ကြောင်း။ နောက်တစ်
ကြောင်းကတော့ မောင်နောင် ရင်တွင်းဖြစ်။ ဒီလို။ ခုနှစ်တန်း နှစ်ကတည်းက
Class mate ကောင်မလေးတစ်ယောက် ရှိတယ်။ တိုးတိုးလို့ အလွယ်ပဲ
ခေါ်ပါစို့။ ခုတော့ ဖွားဖွားတိုးပေါ့နော်။ သူက ရှေ့သွားနှစ်ချောင်း ပိုးစားလို့
ရွှေ (Window Crown)လေးတွေ စွပ်ထားတယ်။ ရင်ခုန်စ အရွယ်ဆိုတော့
(အဲဒီအရွယ်တုန်းကနော်) ခုတော့ ရင်တုန်းမူမော် အရွယ်ပါကွယ်။ ထားလိုက်
ပါ။ ရင်ခုန်ရော ဆိုပါတော့။ အဲဒီတော့ ငါ သိပ်ချစ်ရပါသော တိုးတိုး၏
သွားနှစ်ချောင်းကို လှပအောင် ပြုပြင်နိုင်ရန် ယခုမှ လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်
ပေါ်ပေါက်လာသော သွားကောလိပ်သို့ တက်ရောက်သင်ကြား ပညာယူပါအံ့
လို့ ရဲရဲကြီးဆုံးဖြတ်ပြီးသကာလ၊ လျှောက်လွှာပုံစံကို ဖြည့်လိုက်လေ
သတည်းပေါ့ဗျာ။

ဝင်ခွင့်တွေ ထွက်လာတော့ ခုံနံပါတ် (၁) နဲ့ ဝင်ခွင့် ရပါတယ်။
ငါကပေါ့။ အသစ်စက်စက်ကျောင်းကြီးကို ကျောင်းသားအမှတ် (၁) အဖြစ်နဲ့
ဝင်ရလေခြင်း၊ ဘာခြင်းညာခြင်းပေါ့ဗျာ။ 'သွားကျောင်းသားဘဝ'ကို
ရကတည်းက ဒီလိုပျော်တာ။ ကျောင်းတွေဖွင့်ရော ဆိုပါတော့။ ကိုယ်တို့က
ဒီနှစ်မှ စဖွင့်တဲ့ ကောလိပ်ဆိုတော့ ကိုယ်ပိုင်စာသင်ခန်းတွေ၊ ကျောင်းဆောင်
တွေ မရှိသေးဘူးပေါ့။ ဆေးတက္ကသိုလ် (၁) လက်အောက်ခံ။ အဲဒီတော့
ဆေး (၁) ကျောင်းသားတွေနဲ့ အတူတူ အခြေခံသိပ္ပံဘာသာတွေဖြစ်တဲ့
ဂျပဗေဒ၊ ဓာတုဗေဒနဲ့ ဘိုင်အိုကို ဆေးတက္ကသိုလ် (၁) ပြည်လမ်း (ယခင်
အခေါ်လိပ်ခုံး)မှာ တက်ရပါတယ်။ အဆောင်ကိုတော့ ပနှစ်၊ ဒုနှစ် ဆေး
ကျောင်းသားတွေနဲ့ အတူတူနေရပါတယ်။ ယခင်အခေါ် သမိုင်းကောလိပ်
(နောက်တော့ အာစီဝမ်း)မှာရှိတဲ့ အဆောင် (၂)မှာ နေရပါတယ်။ အဆောင်
မှာက နယ်စုံက တိုင်းရင်းသားပေါင်းစုံက ရှိနေလေတော့ 'ပင်လုံ'ဆောင်လို့
နာမည်ပေးခဲ့ကြပါတယ်။ ယခု ဇီဝကဆောင်ပါ။ အဲဒီတုန်းက ရှမ်းပြည်နယ်
ကလာတဲ့ တစ်ဆောင်တည်းအတူနေ ဆေးကျောင်းသား စိုင်းစံထွန်းဆိုတာ
ယခု နာမည်ကြီး လွိုင်ဟိန်းအချိုရည်ကုမ္ပဏီ ဥက္ကဋ္ဌကြီးပေါ့ဗျာ။ ဖြတ်ပြောရဦး
မယ်။ မောင်နောင်တို့က ပထမနှစ်နော်။ အဲဒါ ကျောင်းတက်တော့ မောင်
နောင်တို့အထက်မှာ တစ်တန်းကြီးတဲ့ ဒုတိယနှစ်ကျောင်းသား နှစ်ဆယ်က
ရှိနှင့်နေတယ်။ သူတို့ကတော့ 1st (ii) က ဝင်အရွေးခံတဲ့ ကျောင်းသားတွေ
ဖြစ်ပါတယ်။ ကျန်းဦးစီးက လက်ထောက်ညွှန်မှူးဒေါက်တာ ဦးကျော်ညွန့်တို့
အဖွဲ့ပါ။ အဲသလိုနဲ့ မောင်နောင်တို့က Second Batch ဖြစ်သွားတာပေါ့။
ဒါလည်းပျော်တာပါပဲ။ ပိုလို့ ပျော်စရာကောင်းတာကတော့ အဲဒီ ၆၄-၆၅
ပညာသင်နှစ်ကစလို့ တက္ကသိုလ်၊ ကောလိပ် လူရည်ချွန်ဆုတွေ စပေးပါ

တယ်။ သွားကောလိပ် ကိုယ်စားပြုလို့ မောင်နောင် လူရည်ချွန် အရွေးခံရ ပါတယ်။ ဆေးတက္ကသိုလ် (၁)က အရွေးခံရတဲ့ ဒေါ်ချယ်ရီသန်းသန်းတင် (သားဖွားမီးယပ် ပါမောက္ခ)တို့နဲ့အတူတူ အင်းလေး ခေါင်တိုင်စခန်းကို သွားခဲ့ရပါတယ်။

ပျော်စရာများ ပြောပါတယ်။ ဆက်တိုက်ကို လာတတ်တာနော်။ ဒုတိယ နှစ်ကျတော့ ဘာကြောင့်ရယ်မသိ၊ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်(ပင်မ)မှာ တက်ရပါလေ ရော။ အခြေခံ သိပ္ပံဘာသာရပ် ဒုတိယနှစ်သင်တန်းတွေပေါ့။ ရူပ၊ ဓာတု၊ ဘိုင်အို။ အဆောင်လည်း Main ထဲမှာပဲ နေရပါတယ်။ စစ်ကိုင်းဆောင်၊ အဓိပတိလမ်းမကြီးဘေးက အဆောင်ပေါ့ကွယ်။ သစ်တောကျောင်းသား၊ ရုက္ခဗေဒမေဂျာ ကျောင်းသားတွေ၊ တိမွေးကုကျောင်းသားတွေနဲ့ အတူနေရ တာ ပျော်စရာ။ ကိုယ်တို့ 'သွား' ကျောင်းသားက ငါးယောက်ထဲရယ်။ အဲဒီမှာ ဂစ်တာသမားချင်း တွဲမိတယ်။ ပအိုကြီး ခွန်သာထွန်းကတော့ ဂစ်တာ အကောင်းဆုံးပဲ။ မောင်နောင်ကတော့ တေးရေးတေးဆို။

'အဖြစ်အပျက်ရယ်စုံပါသည်... ဩဂုတ် Chemistry ဂလိုင်ကော ကီတုန်းအဆက်တောဒီပိုက် အဆက်တလင်း ဘရိုမိုက်ရယ်...'ဆိုတဲ့ ဩဂုတ် Chemistry သီချင်းဟာ ကံကော်တောမှာ ရေပန်းစားသွားပါတယ်။ ဆေး တက္ကသိုလ် (၁)မှာလည်း ရေပန်းစားပါတယ်။ မောင်နောင်ရဲ့ ပထမဆုံး 'ပေါက်'တေးလို့ ပြောနိုင်ပါတယ်။ ညဆို မလှမ်းမကမ်းမှာရှိတဲ့ အင်းလျား ဆောင် နောက်ဖက်မှာ သွားဆိုကြပါတယ်။ အဆောင်သူလေးတွေက အားပေး နဲ့ပေါ့။ ဒီလို သီချင်းဆိုတဲ့ ယဉ်ကျေးမှုက တက္ကသိုလ်မှာ မောင်နောင်တို့ မရောက်ခင်ကတည်းက ရှိခဲ့တာကိုး။ ကွယ်လွန်သူ မိုးမိုး (အင်းလျား)တို့ အဖွဲ့ဆိုရင် အင်းလျားဆောင်က မောင်နောင်တို့ရဲ့ အမာခံ ပရိသတ်တွေပေါ့။ အဲသလို ညည သီချင်းထွက်ဆိုတာလည်း မူးယစ်ဆေးလို့ စွဲတတ်သဗျ။ ည ၁၀:၃၀ စာကျက်ပြီးရင် ဂစ်တာဆွဲလို့ သီချင်းဆိုထွက်ကြတော့တာ။ အင်းလျားဆောင်နဲ့တင် အားမရတော့ပါဘူး။ မာလာ၊ ရတနာ၊ သီရိဆိုတဲ့ ကောင်မလေးတွေ အဆောင်တွေကို အလှည့်ကျ ပတ်ဆိုတော့တာ။ မာလာ ဆောင်နောက်ဖက်က မိုးလုံလေလုံ ကော်ရစ်ဒါလေးကတော့ ဆိုလို့ အကောင်း ဆုံးပဲ။ ရွှေဘိုဆောင်က ဘူမိဗေဒကျောင်းသား ကြည်စိုးထွန်း (ယခု ဒါရိုက် တာ ကြည်စိုးထွန်း)တို့နဲ့က အဲဒီမှာ အမြဲဆုံနေကြ။ အဲဒီနေရာကနေ နိုင်ငံကျော် အနုပညာရှင်တွေ အများကြီးကို ပေါ်ပေါက်ခဲ့တာ။ ဒါကြောင့် အဲဒီနေရာ လေးရဲ့ ဓာတ်ပုံကလေးကို ဖော်ပြလိုက်ပါတယ်။

ကိုယ် နေရတဲ့ စစ်ကိုင်းဆောင်က အဓိပတိ လမ်းဘေးတင်။ အားအားရှိ အဓိပတိလမ်းကို ငေးလိုက်၊ အတွဲတွေကို အားကျသလို ကြည့်လိုက်နဲ့။

'တက္ကသိုလ်ရောက်တာ ကြာပြီကွယ်..... အတွဲလေး တစ်ယောက် တော့ လိုချင်တယ်.... မာမီရယ် ရှာပေးကွယ် ရည်းစား လိုချင်တယ်' ဆိုတဲ့ သီချင်းကို ရေးဖြစ်ဆိုဖြစ်ခဲ့တယ်။ ၁၉၆၆ လောက်ပေါ့။ ကျောင်းထဲမှာ တော့ လူသိများ ပါတယ်။ အပြင်ကို ရောက်မလာသေးပါဘူး။ ကိုယ်က လည်း အဆိုတော်မှ မဟုတ်သေးတဲ့ဟာကို။ ထားလိုက်ပါ။ ပြောချင်တာက သွားကျောင်းသားတစ်ယောက် Mainထဲ ရောက်ပြီး ဆိုဖြစ်ပျော်ဖြစ်သွားတယ် ဆိုတာလေးကိုပါ။ မောင်နောင်တို့ စစ်ကိုင်းဆောင်ကနေ သွားကျောင်းသား ငါးယောက် ပျော်လို့ကောင်းနေတဲ့အချိန်မှာတော့ သွားဖက်ဆိုင်ရာဆေး တက္ကသိုလ်ရဲ့ Founder ဖြစ်တဲ့ ပါချုပ်ဒေါက်တာဦးအောင်သန်း (ကွယ်လွန်) တစ်ယောက် သူရဲစီးတော်ယဉ် Land Rover တစ်စီးနဲ့ အလုပ်တွေရှုပ်နေတာ။

အဲဒီတုန်းက ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီး ပြင်ပလူနာဌာကို သွားကောလိပ်အဖြစ် ပြုပြင်ပြောင်းလဲနေချိန် ပေါ့။ လာတော့မယ်လေ။ ပျော်ပျော်ကြီးစာ သင်နေတဲ့ သူ့တပည့်တွေ Clinical years ရောက်ရင် အဆင်ပြေဖို့ အစစအရာရာ လုပ်နေ ရတာပေါ့။ Dental ဆိုတာ သိကြတဲ့အတိုင်းပဲ။ လက်နက်ကိရိယာတွေက ခပ်များများရယ်။ ဒီကြားထဲ ပညာရှင်က လိုသေးတယ်။ ခုမှ စဖွင့် တာ လ။ ပြင်ပမှာ GP လုပ်နေတဲ့ B.D.S ဘွဲ့ရ တွေကိုခေါ်ပေါ့။ ဘွဲ့တွေကလည်း နိုင်ငံစုံက။ မစ္စတာရှောတို့၊ မစ္စတာ မင်းနီဇေးတို့၊ မစ္စတာ ကွတ်တို့ဆိုတဲ့ အင်္ဂလန်ကလာတဲ့ ဆရာတွေ လည်းပါလေရဲ့။ သူတို့က ကိုလံဘိုစီမံကိန်းအရ လာတာ။ ဒါက ကျောင်းရဲ့ အနေအထားပေါ့နော်။ တို့ကတော့ ခပ်ပျော်ပျော်ပါပဲ။ Main ထဲမှာ Basic Science သင်။ ပြီးတော့ Basic Medical Science တွေဖြစ်တဲ့ Anatomy; Phisiology; Pharmacology; Microbiology; Pathology; General Surgery; General Medicine စတဲ့ ဘာသာရပ်တွေအားလုံးကို ဆေး(၁)မှာပဲ ဆက် တိုက် တက်ခဲ့ရပါတယ်။ သင်တော့လည်း သူတို့ ဆေး(၁) ကျောင်းသားတွေနဲ့ အတူတူ။ နေတော့ လည်း လမ်းမတော်နဲ့ အမျိုးသားကျောင်းလမ်း က ဆေး(၁) အမျိုးသားဆောင်မှာပါပဲ။ ကျောင်း ရော အဆောင်ရော မြို့ထဲရောက်လာတော့လည်း တစ်မျိုး ပျော်ရပြန်ရော။ အချောအလှတို့ စုဝေးရာ ဗိုလ်ချုပ်ဈေးမှာနေ၊ လယ်စာစား၊ ည စာကျက် လို့ဆာလာရင် တရုတ်တန်းဆင်း၊ ကြေးအိုး သောက်ပေါ့။ ညနေကျောင်း ဆင်းရင် အဆောင် ပေါ်ကနေ ဂစ်တာတစ်လုံးနဲ့ ကပ်လျက် လသာ (၂) မိန်းကလေးကျောင်းက ဆင်းလာတဲ့ ကောင် မလေးတွေကို သီချင်း စောင်းဆိုနေပေါ့ဗျာ။ နာမည် ကြီးခဲ့တဲ့ ညိုချောသီချင်းဟာ အဲဒီကာလက ရေးဖြစ်ခဲ့တဲ့ သီချင်းပေါ့။

ဆိုလိုက်၊ ကျောင်းတက်လိုက်၊ စာကြည့် လိုက်နဲ့ နောက်ဆုံးနှစ်ကို ပျော်ပျော်ကြီး ရောက် လာရောဆိုပါစို့။ အဲဒီမှာ ပြဿနာက စတော့ တာပဲ။ အနှစ်နှစ် 'ဥ'ထားခဲ့တဲ့ ဂီတပိုးကလည်း အကောင်ထွားလာ။ သွားကလည်း Final။ ဒီ ကြားထဲ တက္ကသိုလ်ထွန်းနောင်ရဲ့ ရည်းစားလိုချင် တယ်ကလည်း ထအပေါက်။ ဂစ်တာတီးပြီး မြန်မာလိုဆိုတာကလည်း အဲဒီသီချင်းမှာမှ စလိုက် တာဆိုတော့ 'သရုပ်ပျက်ဂီတ' ဘာညာဆိုပြီး

အပြုတ်တိုက်တာတွေက ဖြစ်လာဆိုတော့ ဂီတ
ဘက်ကို အလေးပေးလိုက်ရတယ်။ သွားဘက်ကို
အားလျော့သွားတာပေါ့။ နှစ်ဘက်စလုံး စစ်မျက်
နှာ မဖွင့်နိုင်တော့ Final ရောက်မှ Repeater
ဖြစ်ရတော့တာပါပဲ။ Restorative Dentistry
က Prosthetic နဲ့ကျတာပါ။ အဲဒီတုန်းက
Prosthetic ကထိကဌာနက ခေါက်တာသန်း
လွင်က မော်လမြိုင်သား။ မောင်မောင်ကလည်း
မော်လမြိုင်သား။ အဖေနဲ့က အသိတွေ။ အဖေ
ကလည်း သူ့ကို တတ်အောင်သင်ဖို့ အပ်ထား
သေးတယ်။ မောင်မောင်ကလည်း အဲဒီနှစ်မှာ Lab
Work တွေ မှန်မှန် မလုပ်နိုင်တော့ဘူး။ သွား
ဆရာဝန် Prosthetic မတတ်ရင် ဘယ်လို လုပ်
စားမှာတဲ့တုန်း။ ဒီတော့နေစေ နောက်တစ်နှစ်
Repeater ဖြစ်လေသတည်းဆိုပါတော့။ ‘ပျော်ရ
ရွှင်ရ သွားကျောင်းသားဘဝ’ ဇာတ်သိမ်းက
လည်း Happy Ending လည်း မဟုတ်ပါလား
လို့ ဆိုလာရင်တော့....

‘Repeater နှစ်မှာ ကျွန်တော် အဆိုတော်
နာမည်ကြီး ဖြစ်လာပြီး ကိုယ်ပိုင်တိုက်ခန်းနဲ့
ကားနဲ့ ခန့်ခန့်ကြီး ကျောင်းဆက် တက်နိုင်ခဲ့ပါ
တယ်’လို့ ဆောင်းပါးကို နိဂုံးချုပ်လိုက်ကြောင်း
ပါခင်ဗျား။

အားလုံးပျော်ရွှင်နိုင်ကြပါစေ။

တက္ကသိုလ်ထွန်းနောင်
၊နှစ်လေးဆယ်က သွားကျောင်းသား၊

(စာရေးသူ တက္ကသိုလ်ထွန်းနောင်မှာ
၁၉၇၁ တွင် ဘီဒီအက်စ်ဘွဲ့ရရှိခဲ့ပြီး
‘အေးငြိမ်းသာ’ သွားနှင့်ခံတွင်းဆေးခန်းဖြင့်
သွားနှင့်ခံတွင်း ဝေဒနာရှင်များအား
ယနေ့ထက်တိုင်
အောင်မြင်စွာကုသလျက်ရှိပါသည်။)



ညီအစ်ကိုတော် ဆေးကျောင်းသားတွေနဲ့ အတူနေခဲ့ရာ
လမ်းမတော် ဆေးကျောင်းဆောင်

‘သွား’ကျောင်းသားတို့ ပျော်ခဲ့ဖူးတဲ့ တစ်ခါက စစ်ကိုင်းဆောင်



၂၀၀၄ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် မြို့လည်ပတ်ခင်း ၁၈၇

ရေစီးကောင်းသော သမိုင်းကြောင်း

ဒေါက်တာ ဒေါ်ခင်ဝင်းမေ

စာရေးသူသည် (၁၉၆၃) ခုနှစ်တွင် တက္ကသိုလ်ဝင်စာမေးပွဲကို ရန်ကုန် မြို့၊ မြို့မ အမျိုးသမီးအထက်တန်းကျောင်း (ယခု အထက၊ ၃ ဒဂုံ)မှ အောင်မြင်ခဲ့ပြီး ရန်ကုန်တက္ကသိုလ် ဥပစာသိပ္ပံ(က)တန်းတွင် ဇီဝဗေဒ (Biology) ဘာသာတွဲ ယူကြရပါသည်။ ဥပစာ သိပ္ပံ(ခ)တန်းတွင် အရည်အချင်း ပြည့်ဝစွာအောင်မှသာ ဆေးကျောင်း (ဆေးကောလိပ်) တက်ခွင့်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ (၁၉၆၄) ခုနှစ်တွင် ရန်ကုန်တက္ကသိုလ် အက်ဥပဒေကို ပြင်ဆင်ကာ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်အောက်ရှိ ဆေးကောလိပ်၊ အင်ဂျင်နီယာသိပ္ပံ၊ ပညာရေး ကောလိပ်များအား သီးခြား အသက်မွေးဝမ်းကြောင်း တက္ကသိုလ်များ အဖြစ် ပြန်လည်ဖွဲ့စည်း တည်ထောင်ခဲ့ပါသည်။

(၁၉၆၄) ခုနှစ် နိုဝင်ဘာလတွင် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်ကို ဆေးတက္ကသိုလ်(၁) ရန်ကုန်နှင့် တွဲဖက်ဖွင့်လှစ်ခဲ့ပါသည်။ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ် ဥပစာသိပ္ပံ (က)တန်း အောင်မြင်ပြီး သူများထဲမှ (၂၀) ဦးကို ဒုတိယနှစ် သွားဖက်ဆိုင်ရာဆေးကောလိပ်သင်တန်းနှင့် (၁၉၆၄) ခုနှစ် တက္ကသိုလ်ဝင် စာမေးပွဲအောင်မြင်သူများထဲမှ (၂၀) ဦးကို ပထမနှစ် ကျောင်းသားများ အဖြစ်လည်းကောင်း စတင်တက်ရောက်ခွင့် ပြုခဲ့ပါသည်။ သွားဖက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်အဖြစ် ထိုစဉ်က လူသိခဲ့သော (Dental College)ကို ကျောင်း အုပ်ကြီး ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးအောင်သန်းမှ တာဝန်ယူ တည်ထောင်ခဲ့ ပါသည်။ ဆေးအကြံ ဘာသာရပ်များ၊ ဆေးလက်တွေ့ ဘာသာရပ်ကို ဆေးတက္ကသိုလ်(၁) ရန်ကုန်တွင် ဆေးကျောင်းသားများ၊ ဆေးဘက်ပညာ သည် ကျောင်းသားများ၊ တိရိစ္ဆာန် မွေးမြူရေးနှင့် ဆေးကုသရေး တက္ကသိုလ် ကျောင်းသားများနှင့်အတူ စုစည်းပြီး တက်ရောက်ခဲ့ကြရပါသည်။

ယခုဆေးတက္ကသိုလ် မန္တလေး ပါမောက္ခချုပ် ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးစိုးထွန်းမှာ ဇီဝကမ္မဗေဒဘာသာရပ် သင်ကြားပေးခဲ့သော လက်ဦးဆရာ ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အတူ ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးအောင် (နှလုံးရောဂါအထူးကု သမားတော်ကြီး)နှင့် ပါမောက္ခဒေါက်တာ ဒေါ်မေမြဝင်း (ဆီးနှင့်ကျောက်ကပ် ရောဂါအထူးကု သမားတော်ကြီး)သည်လည်း ဆေးဝါးဗေဒနှင့် ရောဂါဗေဒ ဘာသာရပ်များကို သင်ကြားပို့ချပေးခဲ့ကြသော ဆရာကြီး၊ ဆရာမကြီးများ ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ ကျောင်းသားများ၏ ကြိုးစားအားထုတ်မှု၊ ဆရာကြီး၊ ဆရာမ ကြီးများ၏ စေတနာ၊ ဝါသနာ၊ အနစ်နာနှင့် သင်ကြားပြသမှုတို့ကြောင့် ဆေးတက္ကသိုလ်(၁)တွင် သွား/ဆေး ကျောင်းသားများ မျက်နှာပန်းလှခဲ့ကြပါ သည်။ စတုတ္ထ ဘီဒီအက်စ်သင်တန်းတွင် (Dental Materials) အထောက် အကူပြု (Dental Metallurgy) ဘာသာရပ်ကို ရန်ကုန်စက်မှုတက္ကသိုလ် ဌာနမှူး ဦးသစ်ထံတွင် စနေနေ့တိုင်း (၆)လတိတိ သွားရောက်သင်ကြားခဲ့ရ ပါသည်။

ထိုစဉ်က သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာ ဘာသာရပ်များကို သင်ကြား ပေးမည့် ဆရာ၊ ဆရာမဦးရေ နည်းပါးသေးသည့်အတွက် ကိုလံဘိုစီမံကိန်း အရ ဗြိတိန်နိုင်ငံမှ ဆရာများအားငှားရမ်း သင်ကြားပို့ချပေးခဲ့ပါသည်။

Chief Dental Technician (Mr. Cook), Dr. Mene zee (Orthodontics), Dr. G.J. SHAW (Conservative Dentistry and Periodontology), Dr. Valentine တို့မှ သင်ကြား ဖြည့်ဆည်း ပေးခဲ့ကြပါသည်။

ကျောင်းအုပ်ကြီး ဆရာကြီး ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးအောင်သန်းနှင့်အတူ ဒေါက်တာ ဦးခင်မောင်လေး၊ ဒေါက်တာ ဦးသက်ထားဝေ၊ ဒေါက်တာဦးနန်းရှိန်၊ ဒေါက်တာ ဦးသန်းလွင်နှင့် ဗိုလ်မှူး သန်းခင်မောင်တို့မှ ဌာနမှူးများအဖြစ် တာဝန်ယူ သင်ကြားပို့ချပေးခဲ့ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် ပထမဆုံး ဖွင့်လှစ်ခဲ့သော သွား/ဆေးကောလိပ်တွင် ပထမဆုံးသင်တန်း သားအဖြစ် တက်ခွင့်ရသော ကျောင်းသားများ သည် ကျောင်း၏ဂုဏ်ဆောင် ဖြစ်အောင် အပတ် တကုတ် ကြိုးစားခဲ့ကြရပါသည်။ ဆရာကြီးအား ကျောင်းသားများက (အာရောဂျ်)ဟု နံနက်ခင်း တွင် နှုတ်ဆက်ခဲ့ကြရပါသည်။ သင်တန်း မစမီ အချိန်များတွင် ဆရာကြီးက တပည့်များအား သေသပ်စွာ ဝတ်စားဆင်ယင်မှု၊ လူမှုရေး နယ် ပယ်တွင် ပြေပြစ်စွာ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံမှု၊ အပြောအဆို၊ အနေအထိုင်၊ ယဉ်ကျေးစွာပြုမှု နေထိုင်တတ်ရန် အမြဲမပြတ် သွန်သင်ဆုံးမလေ့ ရှိပါသည်။ ထိုစဉ်က သွား/ဆေးကျောင်းသား များသည် သေသပ်စွာ ဝတ်စားဆင်ယင်မှုအတွက် နာမည်တက်ခဲ့ရပါသည်။

ပထမဆုံး ကျင်းပခဲ့သော ဘွဲ့နှင်းသဘင် တွင် ဗြိတိန်နိုင်ငံ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးကောင်စီမှ တော်ဝင်ပါမောက္ခ(SIR.ROBERT BRADLAW) ကိုယ်တိုင် တက်ရောက် ချီးမြှင့်ခဲ့ပါသည်။ ပထမ အသုတ်ဆင်းခဲ့သော သွား/ဆေးကျောင်းသား များသည် နိုင်ငံတော်မှ လိုအပ်ချက်အရ ပြည်နယ် နှင့်တိုင်း အသီးသီးရှိ ဆေးရုံကြီးများ ဒေသန္တရနှင့် ကျောင်း ကျန်းမာရေးဌာနများ အခြေချစစ်ဆေးရုံ ကြီးများတွင် (၁၉၇၀) ခုနှစ် အောက်တိုဘာလ မှစတင် တာဝန်ထမ်း ဆောင်ခဲ့ကြပါသည်။

ပထမအသုတ် ဆင်းသွားဆရာဝန် (၁၇)ဦး ထဲမှ ယခုလက်ရှိ တာဝန်ထမ်းဆောင်ဆဲ ဝန်ထမ်း

(၅) ဦးသာ ကျန်ပါတော့သည်။ အဆိုပါ (၅) ဦးသည်လည်း ယခုအခါ တိုင်းအဆင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာဆရာဝန်ကြီးများ ဖြစ်နေပေပြီ။ တော်ဝင်ပါမောက္ခ (SIR. ROBERT BRADLAW) ဗြိတိန်နိုင်ငံ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောင်စီမှလည်း သွားဆရာဝန်များ လုပ်ငန်းခွင် အဆင်ပြေမှုရှိ/မရှိ ကိုယ်တိုင် ကိုယ်ကျ လာရောက်စစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ ဆရာကြီး၏ သွန်သင်မှုအောက်တွင် သွား/ဆရာဝန်များသည် ဘက်စုံထောင့်စုံ ထူးချွန်ခဲ့ကြပါသည်။ အနုပညာဘက်တွင်လည်း ဒေါက်တာထွန်းနောင် (တက္ကသိုလ်ထွန်းနောင်) (မာမိရယ် ရှာပေးကွယ် ရည်းစားလိုချင်တယ် သီချင်းဖြင့် စတီရီယို တေးသီချင်းလောကကို လမ်းဖောက်ခဲ့သူ)၊ လူရွှင်တော်ဇာကနာ (ဒေါက်တာသူရ)၊ ရုပ်ရှင် သရုပ်ဆောင် ဆုမုကြာ (ဒေါက်တာ ခင်ထားရီ)၊ ဆိုကရေးတီးတက္ကသိုလ်အဆင့် ရွှေတံဆိပ်ဆုရှင် ဝေမင်းဆန်း (ဒေါက်တာ ဝေမင်းဆန်း) စသော ပညာရှင်များ ပေါ်ထွန်းခဲ့ပါသည်။ စာပေပညာဘက်တွင်လည်း ဒေါက်တာ ထွန်းမြတ်အေးမှ စာပေဗိမာန် သုတပဒေသာဆု ချီးမြှင့်ခြင်း ခံခဲ့ရပါသည်။

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကုသမှုတွင်လည်း မိရိုးဖလာ သွားစိုက်ပညာမှသည် ခေတ်မီကုထုံးများသို့ ရောက်အောင် သွားဆရာဝန်များက မြန်မာနိုင်ငံတဝန်းလုံးတွင် ကုသပေး နိုင်ခဲ့ကြပါသည်။

သွားဆရာဝန်များ မွေးထုတ်ပြီး (၁၀) နှစ်အကြာတွင် မြန်မာနိုင်ငံ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်အသင်းကို ဖွဲ့စည်းတည်ထောင်ကာ (၁၉၇၉) ခုနှစ်တွင် ပထမအကြိမ် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ညီလာခံကို ဆေးတက္ကသိုလ် (ရန်ကုန်) လသာမြို့နယ်၊ မြက်ခင်းပြင်တွင် စည်ကားသိုက်မြိုက်စွာ ကျင်းပနိုင်ခဲ့ပါသည်။

ယခုအခါ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်အသင်း (ဗဟို)သည် ပြည်နယ်နှင့်တိုင်းအသီးသီးတွင် အသင်းခွဲများ ဖွဲ့စည်းတည်ထောင်စေပြီး၊ စဉ်ဆက်မပြတ် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာ

တိုးတက်ပြန့်ပွားရေးအတွက် တစိုက်မတ်မတ် လုပ်ဆောင်နေပါသည်။ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ သွားဘက်ဆိုင်ရာအဖွဲ့ အစည်းများဖြစ်သော F.D.I (Federation Dental International), A.P.D.F (Asia Pacific Dental Federation), I.A.D.R (International Association for Dental Research) နှင့်လည်း ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်လျက် ရှိပါသည်။ ဈေးကွက်စီးပွားရေးစနစ်ပြောင်းလဲလာသည်နှင့်အညီ ခေတ်မှီသွားဘက်ဆိုင်ရာ ပစ္စည်းကရိယာများအား အခြားနိုင်ငံမှ မှာယူသုံးစွဲ ကုသပေးနိုင်ပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာသည် မိရိုးဖလာ ကုသခြင်းမှသည် ခေတ်မှီဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်သော နိုင်ငံတော်ကြီး တည်ဆောက်နေသည်နှင့်အညီ တိုးတက်ပြောင်းလဲခဲ့ပါပြီ။ နိုင်ငံတကာအဆင့်မှီ ကုထုံးသစ်များဖြင့် ကုသနိုင်ခဲ့ပြီး ပြည်နယ်နှင့်တိုင်း၊ ခရိုင်အဆင့်ဆေးရုံကြီးများတွင်လည်း ခေတ်မှီသွားစိုက်ခုံများ ခေတ်မှီကရိယာများဖြင့် ကုသပေးနေပြီ ဖြစ်ပါသည်။

(၁၉၉၈)ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလတွင် နိုင်ငံတော် အကြီးအကဲ ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီးသန်းရွှေ၏ လမ်းညွှန်ချက်အရ အောက်မြန်မာပြည်နှင့် အထက်မြန်မာပြည်တပြေးညီစေရန် ကွာဟမှု နည်းနိုင်သမျှနည်းနိုင်ရန် ရည်သန်၍ အထက်မြန်မာပြည် မြို့တော် မန္တလေးမြို့တွင် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ကို ချမ်းမြသာစည်မြို့နယ်၊ (၆၂)လမ်း၊ ကုတင်(၃၀၀)ဆံ့ ဆေးရုံကြီးနှင့်ကပ်လျက် စတင်ဖွင့်လှစ်နိုင်ခဲ့ပါသည်။ ခေတ်မှီ သွားစိုက်ခုံများ ခေတ်မှီကရိယာများ၊ ဝါရင့်ဆရာကြီး၊ ဆရာမကြီးများ၊ ဝေဝေဆာဆာ သင်ကြားရသဖြင့် (၂၀၀၄) ခုနှစ် စက်တင်ဘာလတွင် ပထမအသုတ် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် (မန္တလေး)ဆင်း သွားဆရာဝန်များကို စတင် မွေးထုတ်နိုင်ခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါတော့သည်။

မျိုးဆက်သစ် ထူးချွန်ပြောင်မြောက်သော သွားဆရာဝန်လောင်းများကို သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်နှစ်ခုမှ မွေးထုတ်နိုင်ခဲ့ပြီး အဖူးအပွင့်များဖြင့်ဝေဆာနေပြီ ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်မအနေဖြင့် ရေစီးကောင်းသော သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာသမိုင်းကြောင်းဟု တင်စားခေါ်ဆိုရပါတော့သည်။

အနှစ် (၄၀) ကြာ ပတ္တမြားရတုကာလတွင် (၄၃) နှစ် ရှိခဲ့ပြီဖြစ်သော ဝန်ထမ်းသက်တွေ့အကြံအရ ဤဆောင်းပါး ရေးခွင့်ကြွလာရသဖြင့် ဂုဏ်ယူဝမ်းမြောက်မိပါသည်။

ကျွန်မအားသင်ကြားပေးခဲ့သော သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် (၁) ရန်ကုန်မှ ဆရာကြီး၊ ဆရာမကြီးများ၊ လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း တွေ့ဆုံခဲ့ရသည့် သင်ဆရာ၊ မြင်ဆရာ၊ ကြားဆရာများအားလုံးကို ဤဆောင်းပါးဖြင့် ဦးညွှတ်ဂါရဝ ပြုအပ်ပါသည်။

ကျေးဇူးရှင်ဆရာကြီး ပါမောက္ခဒေါက်တာ ဦးအောင်သန်းအား 'အာရောဂျံ'ဟု ရွတ်ဆို ကန်တော့ပန်း ဆင်အပ်ပါသည်။

(ဒန္တာ၊ သုခံ၊ အာရောဂျံ)

ဒေါက်တာခင်ဝင်းမေ

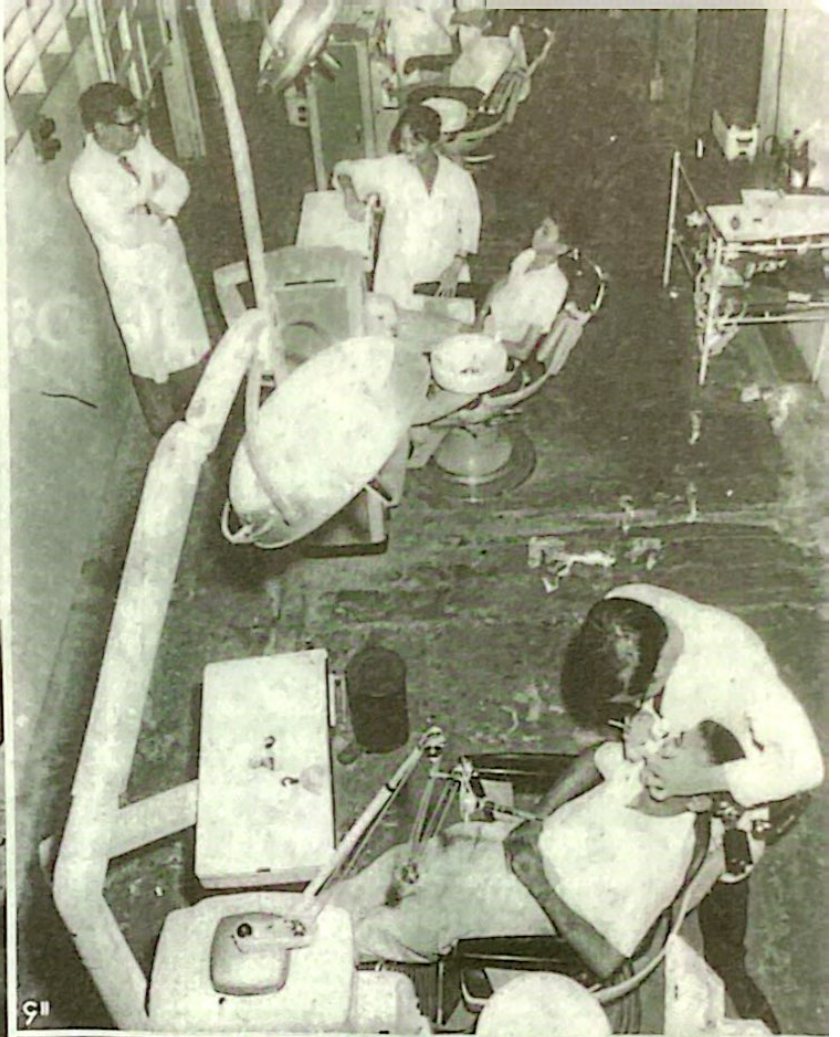
သွားနှင့်ခံတွင်းအထူးကုဆရာဝန်ကြီး
ကုတင် (၃၀၀) ဆံ့ သင်ကြားရေးဆေးရုံကြီး
မန္တလေးမြို့။

အနစ်(၄၀)မှ ဓာတ်ပုံများ

- ၁။ နောက်ဆုံးနှစ်ကျောင်းသား
မောင်မြသော် ယခု သွား/ဆေး (မန်း)
ပါမောက္ခချုပ် ပညာပေးပြခန်း တာဝန်ယူစဉ်
- ၂။ SIR ROBERT BRADLAW
ဒုညွှန်မှူး ဗိုလ်မှူးသန်းခင်မောင်
လ/ထညွှန်မှူး ဒေါက်တာ ဦးတင်မောင်ထွေး
ဒေါက်တာခင်ဝင်းမေ
မင်္ဂလာတောင်ညွန့်မြို့နယ်၊ ကျန်းမာရေးဌာနသို့
လာရောက်စစ်ဆေးစဉ်
- ၃။ ညီလာခံတက်ရောက်လာသော
ပထမအသုတ်ဆင်း သွားဆရာဝန်များ
- ၄။ သွားတုဆေးပညာဌာန
ဌာနမှူး ဒေါက်တာ ဦးသန်းလွင်မှ
သင်ကြားပြသမှု
- ၅။ ဆရာကြီး ပါမောက္ခ
ဒေါက်တာဦးအောင်သန်းမှ
သင်ကြားပြသနေပုံ
- ၆။ ပထမအကြိမ် ဘွဲ့နှင်းသဘင်
ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးအောင်သန်း
ဒေါက်တာ ဦးဖေကျင်
ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးခင်မောင်ဝင်း
SIR ROBERT BRADLAW

ထည့်သွင်းတက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်သည့်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၀၄

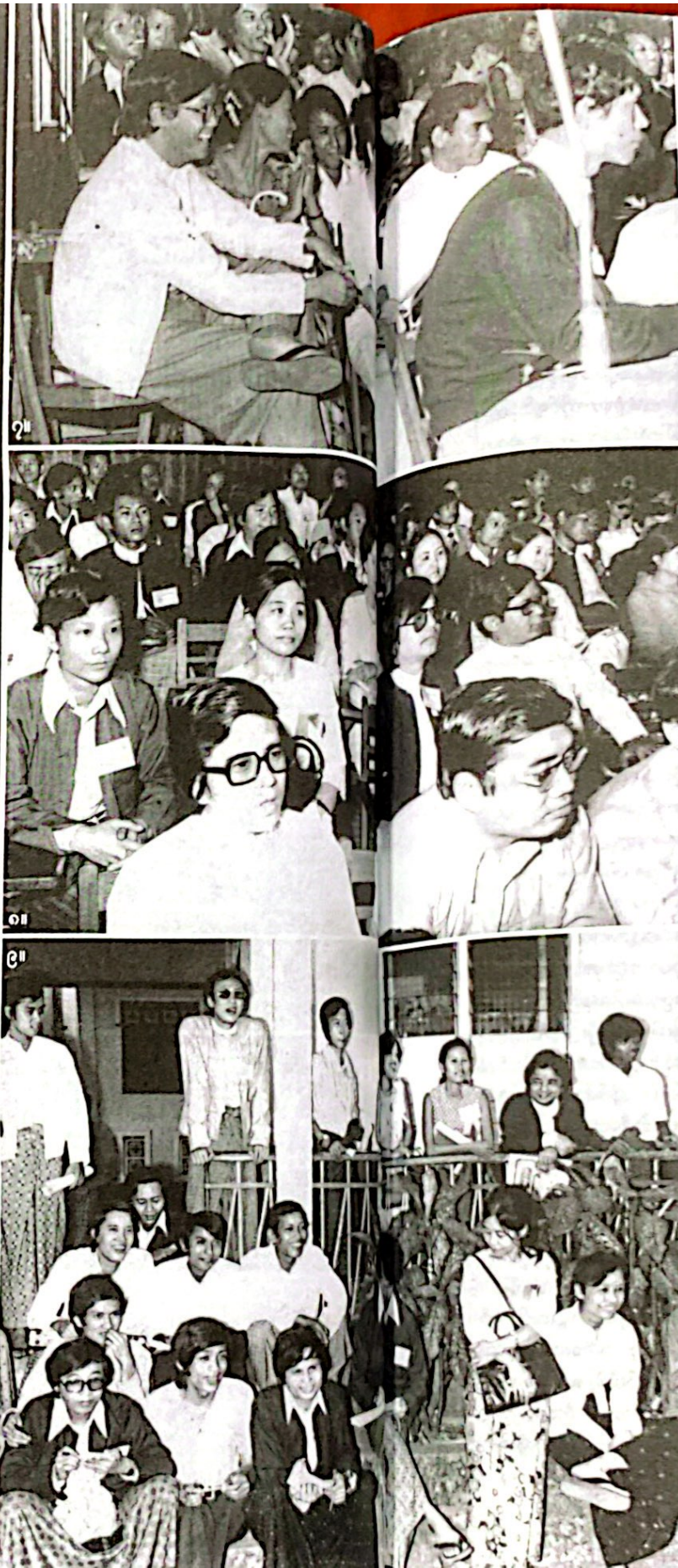




အနစ်(၄၀)မှ ဓာတ်ပုံများ

- ၇။ ပါမောက္ခဒေါက်တာဦးသိန်းတွင်
(ယခုအသင်းဗဟိုဒုဥက္ကဋ္ဌ)
ဒေါက်တာခင်ဝင်းမေ (ယခု မန္တလေးတိုင်းအသင်းခွဲ ဒုဥက္ကဋ္ဌ-၁)
ဒေါက်တာခင်မောင်လေး (မန္တလေးတိုင်း အသင်းခွဲ ဒုဥက္ကဋ္ဌ-၂)တို့
ညီလာခံတက်ရောက်စဉ်က (ပထမအကြိမ် - ၁၉၇၉)
- ၈။ ဒုတိယအကြိမ် ညီလာခံ (၁၉၈၀) ခုနှစ်တွင်
တက်ရောက်ခဲ့သော ကိုယ့်စားလှယ်များ
ပါမောက္ခဦးမြသော် (ယခုပါမောက္ခချုပ်၊ သွား/ဆေးမန်း)
ဒေါက်တာခင်ဝင်းမေ၊ တက္ကသိုလ်ထွန်းမောင် ဒေါက်တာ
အေးကျော်၊ ဒေါက်တာစော်မြင့် ဒေါက်တာစောကလို စေးဒိုးစိန်ပေါ
(ယခုသွားဆရာဝန်ကြီး၊ မန္တလေးဆေးရုံကြီး)
- ၉။ ညီလာခံတွင် (Game) ဆော့ကြသည်
သွားဆေး တက္ကသိုလ်မြက်ခင်းပြင် ပါမောက္ခ
ဒေါက်တာ ဦးမြသော် ပါမောက္ခဒေါက်တာ ဦးလှမင်း
ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးသိန်းကြူ တို့လည်းပါဝင်
- ၁၀။ ရေကူးအသင်းဥက္ကဋ္ဌ ဒေါက်တာ မြသော်အား
ပါမောက္ခချုပ်၊ ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးခင်မောင်လေးမှ
ဂုဏ်ပြုလွှာ ပေးအပ်သည် ဒေါက်တာဥမ္မာကိုကိုကြီး
ယခု (Australia) ရောက်နေသည်။
- ၁၁။ ဒေါက်တာဝိုင်စိုး ဒေါက်တာဘမြင့်
ဒေါက်တာမြသော်တို့
အရှေ့မြင်၊ အနောက်မြင် တောင်တက်စဉ်
- ၁၂။ ဘွဲ့နှင်းသဘင်တစ်ခုတွင်တွေ့ရသော
အောက်မေ့ဖွယ်မြင်ကွင်း ရှေ့တန်း
ဒေါက်တာဒေါ်မြမြအေး
ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးမြင့်နိုင်
(ပါမောက္ခချုပ် ငြိမ်း)
ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးကျော်မောင်
ပါ/ချုပ်၊ ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးအောင်သန်း
နောက်တန်း ဒေါက်တာမွန်ဖူး ဒေါက်တာမြသော်
ဒေါက်တာတင်မောင်မောင် ဒေါက်တာအောင်ကိုး
ဒေါက်တာ ဘမြင့်

၁၁၄ သွားတက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၁၄





၂၀၀၄ သွားတက်ရန်ဆောင်ရွက်သည့် အခါမှစ၍

ကျေးဇူးတင်ပါတယ် သမီးရယ်

ဒေါ်ခင်မိမိထွန်း

မမယ်မိ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန် ပါမောက္ခချုပ်ရုံးမှာ (၁၉.၆.၁၉၈၆) မှ (၁၂.၁၂.၁၉၈၉) နေ့ထိ တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါသည်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်သို့ မရောက်ခင် ဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး၊ ဆေးတက္ကသိုလ် (၁)တို့မှာ တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ရပါသည်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်မှာ မမယ်မိ တာဝန်ထမ်းဆောင်စဉ်က ပါမောက္ခချုပ်ကတော့ ဆရာကြီး ဦးခင်မောင်လေး၊ ငွေစာရင်းမှူးက ဒေါ်ခင်သန်းစိန် တို့ဖြစ်ပါသည်။ ပါမောက္ခ/ဌာနမှူးတွေကတော့ ဆရာကြီး ဦးသက်ထားဝေ၊ ဆရာဦးမြင့်နိုင်၊ ဆရာဦးဌေးဆောင်၊ ဆရာဦးနန်းရှိန်၊ ဆရာဦးအောင်မြင့်တို့နှင့်အတူ တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ကြရပါသည်။ ကျောင်းသားဦးရေ နည်းသလို ဆရာဦးရေလည်း နည်းပြီး အလုပ်လုပ်ရတာ အဆင်ပြေပြီး မိသားစု စိတ်ဓာတ်နဲ့ ဝိုင်းဝန်းကူညီပံ့ပိုး ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြပါသည်။ သာရေး၊ နာရေး ကိစ္စတွေမှာလည်း အေးအတူ၊ ပူအမျှ မျှဝေ ခံစားခဲ့ကြရပါသည်။

မမယ်မိ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်သို့ မရောက်ခင် ဆေးတက္ကသိုလ် (၁) ထဲမှာက တတိယအကြိမ်မြောက် ကိုယ်ဝန်ရှိနေပြီးဖြစ်လို့ ဆေးတက္ကသိုလ် (၁)ရဲ့ မမယ်မိ နှုတ်ဆက်ပွဲမှာ ကိုယ်ဝန်သည်တွေဝတ်တဲ့ အင်္ကျီတောင် အမှတ်တရပေးတဲ့ ပစ္စည်းတွေထဲမှာ တစ်ခုပါဝင်ခဲ့ပေသည်။ မမယ်မိ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်သို့ရောက်ပြီး (၆) လအကြာ၊ ၁၉၈၆ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ (၁၃) ရက်မှာ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်ရဲ့ နဝမအကြိမ် ဘွဲ့နှင်းသဘင်ကို ကျင်းပခဲ့ပါသည်။ အဲဒီအချိန်မှာ မမယ်မိမှာ မီးဖွားခွင့် ခံစားဖို့ (၁)ပတ်ခန့်သာပဲ လိုတော့တာမို့ ပါမောက္ခချုပ် ဆရာကြီးဦးခင်မောင်လေးကအစ ဆရာ/ဆရာမ ဝန်ထမ်းတွေက မမယ်မိ ဘွဲ့နှင်းသဘင်မှာ ကိုယ်ဝန်ကြီးတကားကားနဲ့ ချော်လဲမှာ စိုးရိမ်နေကြပါသည်။ ချော်လဲမယ်ဆိုရင်လည်း ဖြစ်နိုင်စရာရှိတာကိုး။ ဘွဲ့နှင်းသဘင်မှာ မမယ်မိက ပညာရေးအဖွဲ့ဝင်၊ စီမံခန့်ခွဲရေးအဖွဲ့ဝင် ဆရာ/ဆရာမကြီးတွေကို ရှေ့ဆောင်ပြီး စင်မြင့်ပေါ်ကို ခေါ်ဆောင်သွားရတဲ့အခါ စင်မြင့်ပေါ်ရောက်ဖို့ လှေခါးထစ်တွေကို ဖြတ်ကျော်ရသလို၊ စင်မြင့်ကြမ်းပြင်ကလည်း ပြောင်လက်နေလို့ စိုးရိမ်ကြတာဖြစ်ပါတယ်။ သမီးလေးတစ်ယောက်လို အမြဲဂရုစိုက် ကြည့်နေတဲ့ ပါမောက္ခချုပ် ဆရာကြီးဦးခင်မောင်လေးလည်း စိုးရိမ်ပြီး မမယ်မိ ဘွဲ့နှင်းသဘင်မှာ စီးမယ့်ဖိနပ်ကိုတောင် ခုံမြင့်မပါတဲ့ ဖိနပ်စီးဖို့ မှာကြားခဲ့တဲ့အတွက် တလေးတစား လိုက်နာခဲ့ရပါသေးသည်။

၁၉၈၆ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ (၁၂)ရက်နေ့မှာ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်ရဲ့ နဝမအကြိမ် ဘွဲ့နှင်းသဘင် အစမ်းလေ့ကျင့်ပွဲကို ကျင်းပပြီး ဒီဇင်ဘာလ (၁၂)ရက်မှာတော့ ဘွဲ့နှင်းသဘင်ကို ကျင်းပခဲ့ပါတယ်။ မမယ်မိကတော့ ရှေ့ဆုံးကနေ ဆရာကြီး/ဆရာမကြီးတွေက အောင်မြင်စွာနဲ့ ချော်မကျဘဲနဲ့ စင်မြင့်ပေါ်ရောက်အောင် ခေါ်သွားနိုင်ပါတယ်။ စင်မြင့်ပေါ်မှာ အစီအစဉ်တစ်ခုပြီးတစ်ခု ပါမောက္ခချုပ်နဲ့အတူ ဘွဲ့လက်မှတ်

တွေ ဘွဲ့ရမောင်မယ်တွေကို ပေးပြီးနောက် ပါမောက္ခချုပ် မိန့်ခွန်းပြောတဲ့ အချိန်မှာ မမယ်မိ ကိုယ်တိုင်ထိုင်ရမယ့် ထိုင်ခုံမှာ ထိုင်ရင်း ဘွဲ့ရမောင်မယ်တွေကို ကြည့်ပြီး ကိုယ် လွယ်ထားရတဲ့ကလေးဟာ အခုလိုဘဲ သွားဘက်ဆိုင်ရာ တက္ကသိုလ်ဘွဲ့ကိုရရင် သိပ်ကောင်းမှာပဲ ဆိုပြီး ဘုရားသခင်ထံ ဆုတောင်းခဲ့မိပါသေးသည်။

ဘာဖြစ်လို့ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေး တက္ကသိုလ်ဘွဲ့ကို ရရှိစေချင်သလဲလို့မေးရင် တိုက်တိုက်ဆိုင်ဆိုင် ဆေးတက္ကသိုလ် (၁) မှာ ကိုယ်ဝန်ရှိခဲ့ပြီး သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်မှာ ခုလိုမြင့်မြတ်ကြီးကျယ်ခမ်းနားတဲ့ ဘွဲ့နှင်းသဘင် အခမ်းအနားကို မမွေးဖွားခင်ကတည်းက တက်ရောက်ခွင့်ရတဲ့အတွက် မွေးလာမယ့်ကလေးအတွက်လည်း ဂုဏ်ယူချင်လို့ရယ်၊ နောက် ကိုယ့်ရင်သွေးလေးကိုလည်း မွေးဖွားပြီးနောက် သူ ခိုလှုံခွင့်ရခဲ့တဲ့ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်ဆိုတဲ့ အရိပ်အာဝါသအောက်မှာ ပညာသင်ကြားခွင့်ရပြီး သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ဘွဲ့ကို ရစေချင်လို့ပါ။

မမယ်မိ ဘွဲ့နှင်းသဘင်ပြီးလို့ (၁) လတောင် မပြည့်တော့တဲ့အချိန်မှာ သမီးလေးကို ကောင်းမွန်စွာနဲ့ မွေးဖွားခဲ့ပါသည်။ အဲဒီနောက် မမယ်မိ သမီးလေးကိုကြည့်ပြီး သမီးအဖေနဲ့အတူ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် ကျောင်းသူလေးဖြစ်ရင် သိပ်ကောင်းမှာဘဲလို့ ပြောမိပါသေးသည်။ အဲဒီ သမီးလေးမွေးပြီး မမယ်မိ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်မှာ ဆက်လက် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့တာ ၁၉၈၉ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာကာလအထိပါပဲ အဲဒီအချိန်မှာ သမီးလေးအသက်က (၂) နှစ်ရှိပါပြီ။ သမီးလေးမွေးပြီး (၂)နှစ်ကျော် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်မှာ ဆက်လက်တာဝန် ထမ်းဆောင်ခဲ့တော့ သမီးလေးဟာ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ရဲ့ အရိပ်အာဝါသအောက်မှာ ကြီးပြင်းခဲ့ရပါသည်။ ဒီသမီးလေးရဲ့ ကျန်းမာရေးကအစ ပါမောက္ခချုပ်ရုံးက ဝန်ထမ်း

တွေက ဝိုင်းဝန်းကူညီ စောင့်ရှောက်ပေးရတဲ့ အတွက် သမီးလေးရဲ့ ငယ်နာမည်လေးဟာ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်မှာ ကျန်ခဲ့ပါသည်။ ငွေစာရင်းမှူး ဒေါ်ခင်သန်းစိန်က အဲဒီတုန်းက အပျိုကြီးဆိုတော့ သမီးလေးကို သိပ်ချစ်သိပ် ဂရုစိုက်ခဲ့ပါသည်။

သမီးလေး (၂) နှစ်သမီးမှာ မမယ်မိက ဆေးတက္ကသိုလ် (၂)၊ ရန်ကုန်ကို ရာထူးတိုးပြီး ပြောင်းသွားခဲ့ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် (၂) မှာ (၁၃) နှစ်ကြာ တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါသည်။ သမီးလေး အသက် (၁၅) နှစ်ကျော်တဲ့အခါ မမယ်မိ ဆေးတက္ကသိုလ် (၁)၊ ရန်ကုန်ကို ရာထူးတူနဲ့ပဲ ပြောင်းရွှေ့လာခဲ့ပြန်ပါသည်။ သမီးလေး အခြေခံပညာ အထက်တန်းကို အ.ထ.က (၂)၊ လသာမှာ တက်ရောက် ဖြေဆိုခဲ့ရာ ၂၀၀၃ ခုနှစ်တွင် ဂုဏ်ထူး (၃) ဘာသာဖြင့် အောင်မြင်ခဲ့ပါသည်။ သမီးလေး ဂုဏ်ထူးတွေနဲ့ အောင်တော့ မမယ်မိ ရဲ့ရင်ထဲမှာ ကိန်းအောင်းနေတဲ့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် ကျောင်းသူလေးဖြစ်ပြီး သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ဘွဲ့ရရှိသူလေး ဖြစ်စေချင်တဲ့ဆန္ဒ အကောင်အထည် ဖော်ဖို့ နီးလာပြီဖြစ်လို့ ဝမ်းသာပီတိဖြစ်နေပေမယ့် တစ်ပိုင်းကတော့ စိတ်ကိုဒုံးဒုံးချလို့ မရဖြစ်နေပြန်ရော၊ အဲဒါကတော့ သမီးလေးရဲ့ ဆန္ဒပေါ့။ အများစိတ်ဝင်စားတဲ့ ဆေးတက္ကသိုလ်တွေကိုပဲ ဝါသနာပါ၊ စိတ်ဝင်စားမလားလို့ပေါ့။ အမှတ်စာရင်းထုတ်၊ တက္ကသိုလ်ဝင်ခွင့် လျှောက်လွှာတင်တဲ့အခါကျတော့ သမီးဆန္ဒကို မေးရပြန်ရော၊ သမီးက ဖခင်ဖြစ်သူရဲ့ဆန္ဒအရ ပထမဦးစားပေး ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ဒုတိယဦးစားပေး သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်လို့ ကိုယ်တိုင်ဖြည့်ပြီး လျှောက်လွှာ တင်ခဲ့ပါသည်။ တက္ကသိုလ်များ ဝင်ခွင့်စိစစ်ပြီး သမီးလေး သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန် ဝင်ခွင့်ရကြောင်း သိသိရခြင်း သမီးလေး ဆီကို အလုပ်တာဝန်ထဲကနေ ကိုယ်တိုင် သွားပြောပြရပါသည်။ စိတ်ထဲမှာတော့ တထိပ်ထိပ်နဲ့ပါပဲ။

သမီးလေးက မမယ်မိ တက်စေ၊ ဖြစ်စေချင်တဲ့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ကို ရခဲ့တာကိုး၊ သမီးလေး ကျေနပ်ပါ့မလား၊ လိုလိုလားလားရှိပါ့မလားလို့၊ ငိုများ ငိုနေဦးမလား။ သူ့အဖေနဲ့ ဘာတွေပြောကြဦးမလဲ စသည်ဖြင့် မမယ်မိ ခေါင်းထဲမှာ အတွေးပေါင်းစုံနဲ့ နေပါသည်။

အိမ်လည်းရောက် သမီးလေးကိုလည်း ပြောပြတော့၊ အဲဒါ အကောင်းဆုံးပါပဲ၊ မနက်ဖြန်ကျရင် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ကို လိုက်ပို့၊ သမီးကြိုပြီး တက္ကသိုလ်ကြီးကို ကြည့်ချင်လို့တဲ့၊ မမယ်မိတော့ အခုမှပဲ 'ဟင်း' ချနိုင်တော့တယ်။ ဘုရားသခင်၊ မိဘဆရာသမားများကိုလည်း ကျေးဇူးတင်မိပါသည်။ မမယ်မိရဲ့ ရင်ထဲကဆန္ဒကို သမီးလေး အကောင်အထည်ဖော်ပေးလိုက်လို့ မနက်ဖြန်နံနက် သူပြောတဲ့အတိုင်း သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်ကို မမယ်မိရဲ့ ပါမောက္ခချုပ်ထံ ခွင့်တိုင်ပြီး ကိုယ်တိုင် လိုက်ပို့ပေးခဲ့ပါသည်။ 'ကျေးဇူးတင်ပါတယ် သမီးရယ်'

အခုတော့ သမီးလေး ပထမနှစ် ဘီဒီအက်စ် အတန်းတင်စာမေးပွဲကြီးကို ဖြေတော့မှာပါ။ သမီးလေး သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်တက်ပြီး (၈) လကျော်ကြာတော့ ပါမောက္ခချုပ် ဆရာကြီး ဦးခင်မောင်လေး (ယခု အငြိမ်းစား)မှ မမယ်မိထံ ဖုန်းဆက်ပြီး ဆရာကြီးသမီး ဒေါ်သခင်လေးမှ ပြောပြ၍ ဘွဲ့နှင်းသဘင်တုန်းက ကိုယ်ဝန်ကြီးနဲ့တက်ပြီး မျက်နှာမြင်ခဲ့ရတဲ့ သမီးလေးဟာ အခု သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်တက်နေကြောင်း ကြားသိရ၍ ဝမ်းသာဂုဏ်ယူမိကြောင်း၊ ရှေးရေစက်ပေါ့တဲ့၊ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်မှာမွေးတဲ့ သမီးလေး သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေး တက္ကသိုလ်မှာ ပညာတွေ ဆက်လက်သင်ခွင့်ရတာ၊ ပတ်ဝန်းကျင်အသစ် မဟုတ်ဘဲ သူ့ ဆွေမျိုးအသိုင်းအဝန်းကို ပြန်ရောက်သွားတယ်လို့ မှတ်ယူရမှာဖြစ်ကြောင်း ဘုရားသခင်၊ မိဘ၊ ဆရာ/ဆရာများ၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကြောင့်လို့ ပြောကြားခဲ့ပါသည်။

သမီးလေးကို ငယ်ငယ်လေးထဲက စောင့်ရှောက်ခဲ့တဲ့ ဝန်ထမ်းတွေ၊ မမယ်မိရဲ့ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက် ဆရာ/ဆရာမတွေလက်ထဲ သမီးလေးကို ပြန်ထည့်လိုက်ရတော့ မမယ်မိရင်ထဲ သူ့နေရပ်ကို ပြန်ပို့လိုက်ရသလို၊ ဆွေမျိုးတွေရှိတဲ့ အရပ်ကိုပြန်ပို့လိုက်ရသလို ပီတိတွေ ဖြစ်ခဲ့ရတာပေါ့။ သမီးလေးကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ငြိုငြင်မှုမရှိဘဲ စိတ်ပါလက်ပါ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နဲ့ ကျောင်းတက်နေတဲ့သမီး အမေရဲ့ရင်ထဲက ဆန္ဒတွေကို ဖြည့်စွက်ပေးတဲ့သမီး၊ အမေလို သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ကို ခင်တွယ်တဲ့သမီးလေးအတွက် အမေဂုဏ်ယူလျက်ရှိပါသည်။ သမီးလေး လူကောင်းလူတော်လေးဖြစ်ပြီး၊ တက္ကသိုလ်ကြီးရဲ့အကျိုး၊ တိုင်းပြည်ရဲ့အကျိုးကို သယ်ပိုးနိုင်မယ့် အချိန်တွေ ရောက်လာဖို့ သိပ်မလိုတော့ပါဘူး၊ ကြိုးစားပါ သမီးရယ်၊ အမေထပ်ပြီး ကျေးဇူးတင်၊ ဂုဏ်ယူချင်လွန်းလို့ပါ....။

ခင်မိမိထွန်း

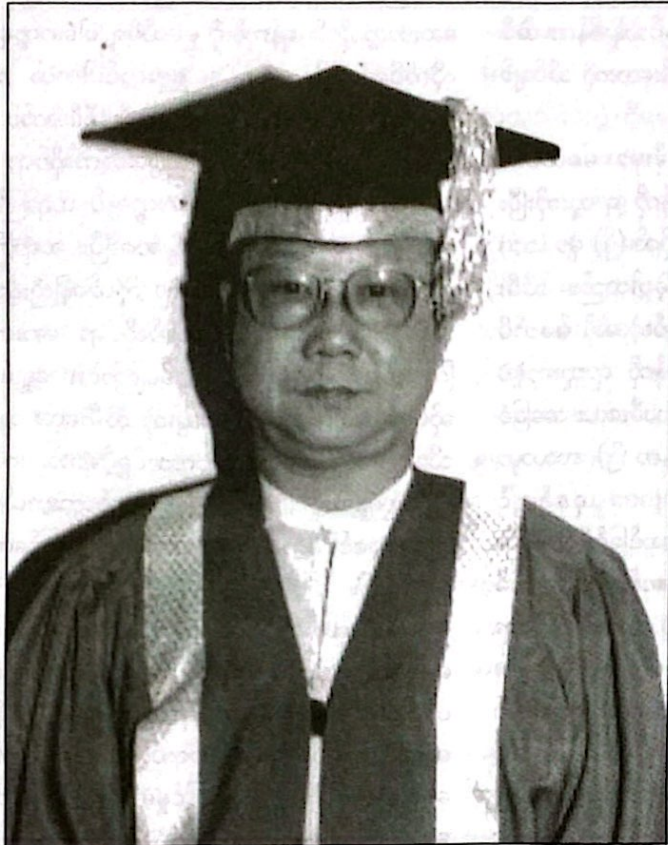
၄၁၄ မူ။

(စီမံ/ဘဏ္ဍာ)

ဆေးတက္ကသိုလ် (၁)၊ ရန်ကုန်။

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်ကျောင်းထွက်

သွားဘက်ဆိုင်ရာဌာန အကြီးအကဲများ



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးမြသော်

ပါမောက္ခချုပ်

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၇၀)

B.D.S. (Ygn) M.D.Sc. (Wales) F.I.C.D. (U.S.A)



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးကိုကိုမောင်

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး၊

မေးရိုးနှင့် ခံတွင်းခွဲစိတ်ကုပညာဌာန

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၇၁)

B.D.S. (Ygn), D.A, M.D.Sc. (Ygn)

ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးပွင့်ဖူး

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး။

သွားရောဂါကု ဆေးပညာဌာန။

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၇၁)

B.D.S. (Ygn), M.D.Sc. (Manch),
F.I.C.D., F.I.C.C.D.E.



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးသိန်းထွဋ်

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး၊

သွားကျန်းမာရေးပညာဌာန

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၇၂)

B.D.S. (Ygn)
M.D.Sc (Manch.), F.I.C.D.

ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးမျိုးဝင်း

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး။

ကလေးသွားကျန်းမာရေးနှင့် သွားညှိကုပညာဌာန

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၇၈)

B.D.S. (Ygn), M.D.Sc. (London),
M.Phil. (London)





ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးသိန်းကြူ

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး

သွားတုဆေးပညာဌာန

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၇၉)

B.D.S. (Ygn), M.D.Sc (Ygn)

Cert. in advanced Prosthodontics & Geriatric Dentistry (Tokyo), F.I.C.D.

ဒေါက်တာ ဒေါ်ဆွေဆွေဝင်း

ဘွဲ့လွန်ကထိက၊ ဌာနမှူး။

မေးရိုးနှင့်ခံတွင်း ဆေးပညာဌာန

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၇၈)

B.D.S. (Ygn)

M.D.Sc. (Ygn), F.I.C.D.

Cert. in Molecular Pathology (Tokyo)



ဒေါက်တာ ဒေါ်နွယ်နွယ်အောင်

ကထိက၊ ဌာနမှူး။

ခံတွင်းဇီဝသိပ္ပံပညာဌာန

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၈၆)

B.D.S. (Ygn), M.D.Sc. (Ygn)

မန္တလေး သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်မှ ဌာနအကြီးအကဲများ

ဒေါက်တာ ဦးဘိုဘို

ကထိက၊ ဌာနမှူး။

ခံတွင်းဇီဝသိပ္ပံပညာဌာန

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၉၀)

B.D.S. (Ygn), M.D.Sc. (Ygn)

F. I. C. C. D. E.





ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးလှမင်း

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး
သွားရောဂါကုဆေးပညာဌာန
သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး။
ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၇၁)
B.D.S. (Ygn), M.D.Sc. (Ygn)
F.I.C.C.D.E., F.I.C.D.

ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးစောထွန်းအောင်

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး၊ သွားကျန်းမာရေးပညာဌာန၊
သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး။
ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၇၉)
B.D.S. (Ygn) M.D.Sc. (Ygn)
Cert. in Preventive Dentistry & Public Health (Tokyo).



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဒေါ်ဆန်းဆန်းဝင်း

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး
ကလေးသွားကျန်းမာရေးနှင့် သွားညှိကုပညာဌာန
သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး။
ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၈၃)
B.D.S. (Ygn)
M.D.Sc. (Ygn)

ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးရွှေတိုး

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး။
မေးရိုးနှင့်ခံတွင်းဆေးပညာဌာန
သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး။
ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၈၆)
B.D.S. (Ygn), M.D.Sc. (Ygn)
Cert. in Advanced Oral Pathology (Tokyo)
F.I.C.C.D.E.





ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဒေါ်ဌေးဌေးရီ

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး

မေးရိုးနှင့်ခံတွင်း ခွဲစိတ်ကုပညာဌာန

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၈၀)

B.D.S. (Ygn),

M.D.Sc. (Ygn)

ဒေါက်တာ ဦးကိုကို

ကထိက၊ ဌာနမှူး

သွားတုဆေးပညာဌာန

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၈၆)

B.D.S. (Ygn), M.D.Sc. (Ygn)



ဒေါက်တာ ဦးသိုက်ထွန်း

ညွှန်ကြားရေးမှူး

ဆေးသိပ္ပံပညာဦးစီးဌာန

ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ တွဲဖက်။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၈၀)

B.D.S. (Ygn)

M.P.H (MAHIDOL)



ဒေါက်တာ ဦးကျော်ညွန့်

ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူး

သွားနှင့်ခံတွင်းဌာနစိတ်၊ ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၆၉)

B.D.S. (Ygn)

F.I.C.C.D.E.





ဒုတိယဗိုလ်မှူးကြီး ခင်မောင်ကြီး (ငြိမ်း)

ပထမတန်း ပါရဂူ (သွားဆေးကု)

ဌာနမှူး၊ သွားဆေးကုဌာန။

တပ်မတော်ဆေးရုံကြီး (ရန်ကုန်)၊

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၇၀)

B.D.S. (Ygn) D.D.P.H.R.C.S. (Eng:),

M.D.Sc. (Leeds) (Community Dentistry) F.I.C.D.

ဒုတိယဗိုလ်မှူးကြီး တင်မောင်အောင်(ငြိမ်း)

တပ်မှူး၊ သွားဆေးကုဌာန။

သွားနှင့်ခံတွင်း ခွဲစိတ်ကုသပါရဂူ (ပထမတန်း)

တပ်မတော်ဆေးတပ်ဖွဲ့။ ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၇၁)

B.D.S. (Ygn), M.Med.Sc. (Sheffield U.K)

F.I.C.D (U.S.A), F.A.D.I (Washington D.C)

Advanced Post graduate training (Zurich & Munich)

Dental Laboratory training (Tokyo)

Dental Radiology training (Singapore)



ဒုတိယဗိုလ်မှူးကြီး ညီညီ

ဌာနမှူး၊ သွားဘက်ဆိုင်ရာပါရဂူ

သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါကုသမှုဌာန။

တပ်မတော်ဆေးရုံကြီး၊ ကုတင် (၁၀၀၀)

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၈၁)

B.D.S. (Ygn) M.D.Sc (Ygn)

ဒုတိယဗိုလ်မှူးကြီး ဇော်ခင်ညွန့်

သ-၄၃၂၊ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်

အပတ်စဉ် (၁၁)၊ သွားဆေးကုဌာန။

အမှတ် (၁)၊ တပ်မတော်ဆေးရုံ၊ ပြင်ဦးလွင်မြို့။

ဘွဲ့ရရှိသည့်နှစ် (၁၉၈၁)





ဟာသစာမျက်နှာ



လိုက်ခေါင်း

ဆေးခန်းတွင် လူနာကို ပါးစပ်ဟောင်းပြီး သွား၏ ရောဂါအခြေအနေကို ပြောပြနေစဉ် လူနာသည် ရုတ်တရက် လူနာ။ ဆရာခင်ဗျာ၊ ကျွန်တော့်ကို နှစ်ခါထပ် မပြောပါနဲ့။ ကျွန်တော် နားမလေးပါဘူးဗျာ။
ဆရာဝန်။ ကျွန်တော် တစ်ခါတည်းပြောတာပါ။ ခင်ဗျားရဲ့ သွားပိုးပေါက် (carious cavity) က ကျယ်လွန်းလို့ လှိုက်သံထွက်ပြီး နှစ်ခါကြား ရတာပါဟူသတဲ့။

KZYM



မဟုတ်ဘူး

‘ဟိုနေညတုန်းက ပန်းခြံထဲမှာ ကောင်လေးတစ်ယောက် ခင်ဗျား သမီးကို နမ်းဖို့ ကြိုးစားနေတာ တွေ့ခဲ့ရတယ်’
‘ဒီကောင် နမ်းလို့ ရသွားလား’
‘မရဘူးဗျ’
‘ဒါဆို ကျွန်တော့်သမီး မဟုတ်ဘူးဗျာ’

မောင် (1st B.D.S)

မသိလို့ပါ

ဦးလေးဖြစ်သူက သွား/ဆေးတက္ကသိုလ် တက်နေသော တူဖြစ်သူအား
ဦးလေး။ ငါ့တူက သွား/ဆေးတက္ကသိုလ် တက်နေတာဆိုတော့ သွားအကြောင်း တော်တော်သိမှာပေါ့။
တူ။ ဟုတ်ကဲ့။ အကုန်မဟုတ်တောင် အတော်အသင့် သိပါတယ်။
ဦးလေး။ ဒါဆိုရင် ‘သွား’နဲ့ပတ်သက်ပြီး ငါစဉ်းစားလို့ မရတာတစ်ခု မေးမယ်ကွာ။ ‘သွား’ကို အင်္ဂလိပ်လို ဘယ်လိုခေါ်သလဲ။
တူ။ ဒါများ လွယ်လွယ်လေးပါ ဦးလေးရာ၊ Tooth လို့ ခေါ်တာပေါ့။
ဦးလေး။ ‘သွားများကိုရော အင်္ဂလိပ်လို ဘယ်လိုခေါ်လဲ။
တူ။ Teeth လို့ခေါ်တယ်။
ဦးလေး။ အေး။ ငါ မေးချင်တာ အဲဒါပဲ။ ‘သွား’ချင်း အတူတူကို အင်္ဂလိပ်လို အသံထွက်ရော စာလုံးပေါင်းရော ဘာကြောင့် မတူရတာလဲ။
တူ။ ဟိုက်!

ပွတ်သွပ်(သွား/ဆေး)

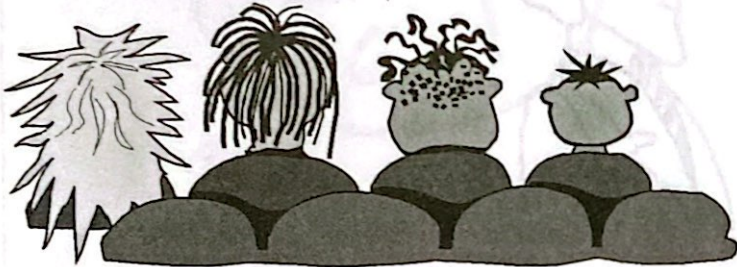
တိုးတက်မှု

ပထမနှစ်ကျောင်းသား။

အစ်ကိုကို ကျောင်းစဖွင့်ကတည်းက ကျောင်း
အဝင်လမ်းမှာ ရေအိုင်တွေ ရှိနေတာလား။

နောက်ဆုံးနှစ်ကျောင်းသား။

ဟုတ်တယ်ကွ။ ဒါပေမယ့် အခု အများကြီး
တိုးတက်လာပါပြီ။ အရင်တုန်းက စီးတဲ့ဖိနပ်
တွေထက် နှစ်လက်မလောက် ပိုထူလာတယ်
လေ။



ဝင်းချိန် Final year

တိုးတက်လာပြီ

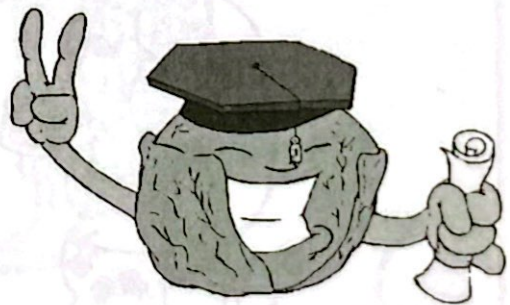
နယ်မှ ကျောင်းသားကြီးနှစ်ယောက် စကားလက်ဆုံကျနေစဉ်

ပထမကျောင်းသားကြီး။ ဆက်သွယ်ရေးစနစ်က အရင်နဲ့ မတူတော့ဘူးကွ၊
အရမ်းကို တိုးတက်လာပြီ။ အသံတင် မကတော့
ဘူး၊ အနံ့ပါ ဆက်သွယ်ပေးနေပြီကွ။

ဒုတိယကျောင်းသားကြီး။ 'ဘာဖြစ်လို့လဲ'

ပထမကျောင်းသားကြီး။ ငါမနေ့က နယ်ကို ဖုန်းခေါ်တာ ငါ့အဖိုးကြီးက
ငါ့အသံကြားရုံ ရှိသေးတယ် 'ဟေ့ကောင်၊ မင်း
ဟိုအရည်တွေ သောက်ထားလား'လို့ မေးတယ်
ကွ။

colour 4th B.D.S.



စကားမလွဲပါနဲ့

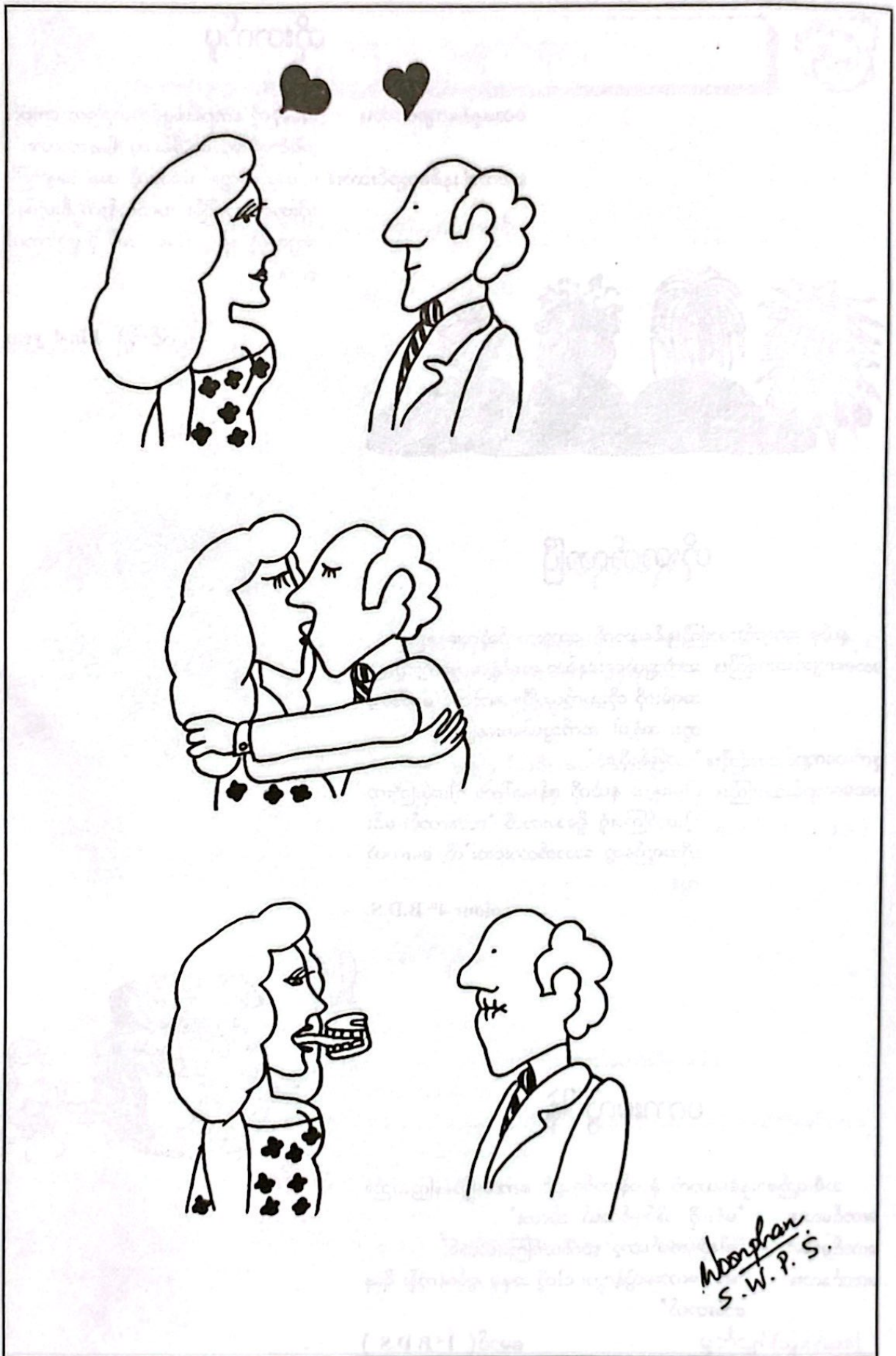
သမီးရည်စားနှစ်ယောက် ခုံတန်းတစ်ခုတွင် စကားပြောနေကြသည်။

ကောင်လေး။ 'မင်းကို သိပ်ချစ်တယ် သိလား'

ကောင်မလေး။ 'ဒါဆို ဘယ်တော့ လက်ထပ်ကြမလဲဟင်'

ကောင်လေး။ 'မင်း စကားမလွဲနဲ့ကွာ၊ ငါတို့ အခုမှ ချစ်နေတုန်း ရှိနေ
သေးတယ်'

မောင်(1st B.D.S)





ဝါ. တို့ကျောင်းမှာ ပျော်
ဝရာတွေ အများကြီးပဲ



ဟဟ...ဟဟ...ဟဟ...
ဘာတွေများရှိလို့လဲ
ကွ.



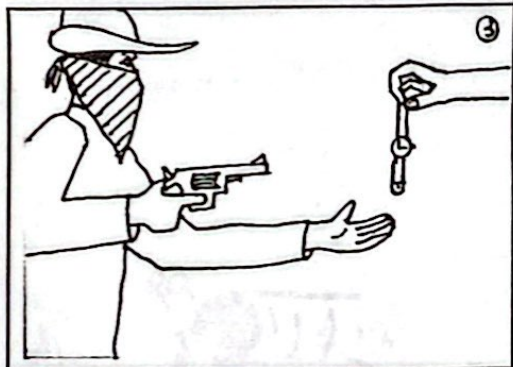
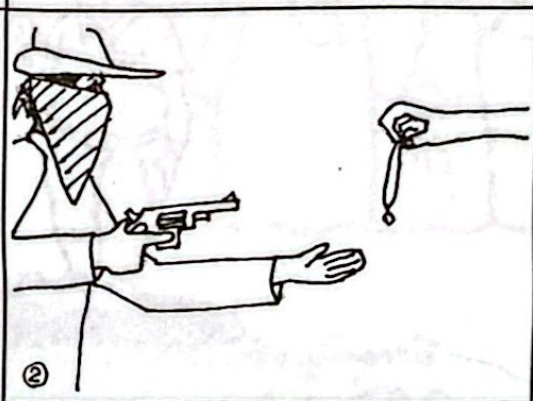
ဟင်း... ငါကတော့ ဒီးလာရင်လဲ ပျော်တယ်၊ လေ့လာရင်လဲ ပျော်တယ်။
ဒီး ပျက်လို့ ဒီး ဝက်ဟင်းလေးလဲ ပျော်တယ်တယ်...။ ဝါတို့ကျွန်ုပ်တို့
ရှိနေလဲ ပျော် ဝရာ ကောင်းတယ်ကွ...။

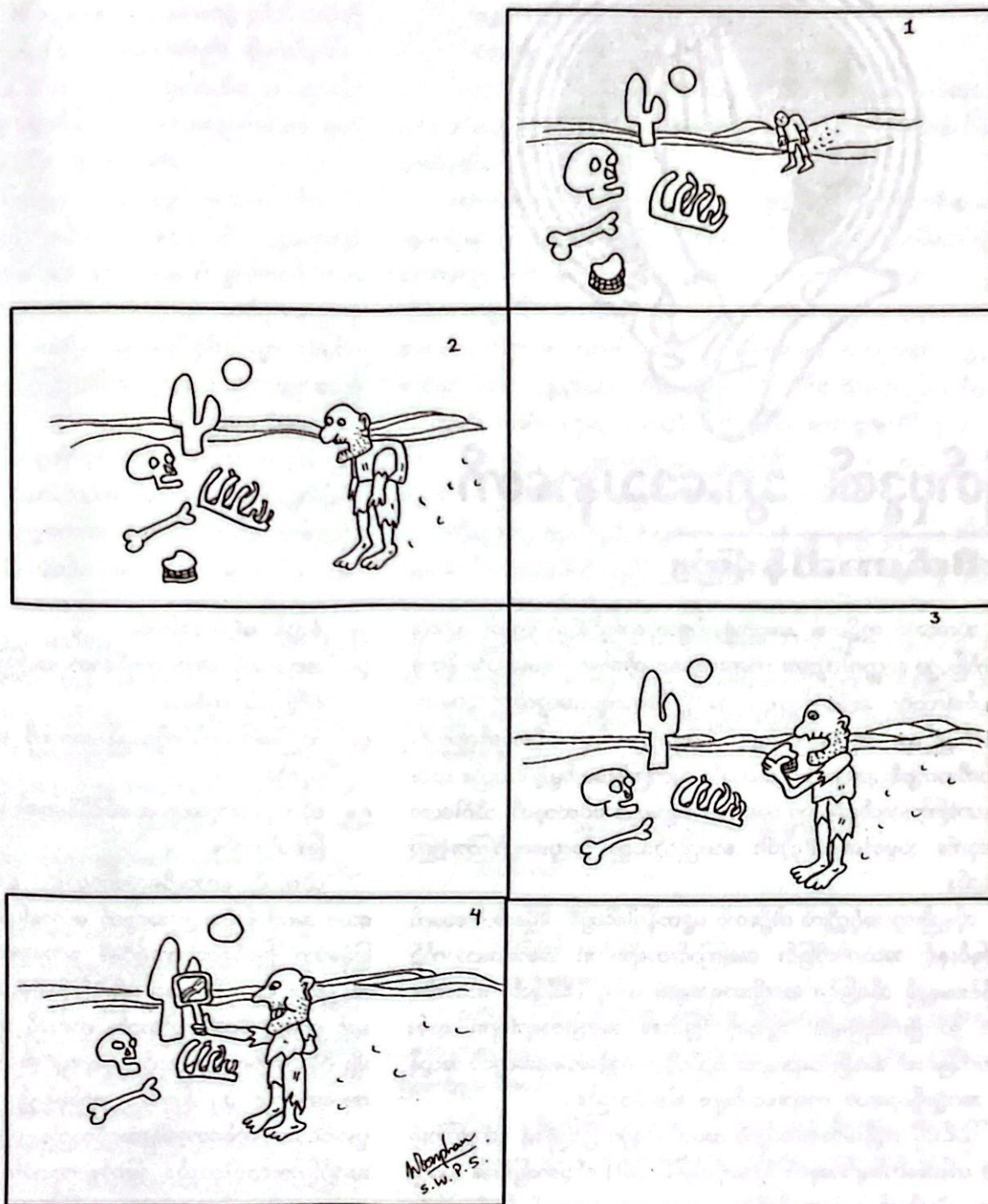


ဆရာ . ကျွန်တော့် မိတ်ဆွေ
သွား ပြင် ချင် လို့ပါ .

ဂျီတက် . ခေါ်ခေါ်လေ .









မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သွားဒေသနာတော် ဒေါက်တာသိန်းကြူ

သုံးလောကတွင်ထား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ၄၅ ဝါ ပတ်လုံး လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့အား တရားရေးအေး တိုက်ကျွေးခဲ့ပါသည်။ နိဗ္ဗာန် ရောက်ကြောင်း လောကုတ္တရာ၊ အကျိုးစီးပွားများအတွက်ကိုသာမက၊ အသက်ရှည်ရာ အနာမဲ့ကြောင်း၊ ကြီးပွားတိုးတက်ရာ တိုးတက်ကြောင်း လောကီအကျိုးစီးပွားများအတွက်လည်း ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ ယင်း သို့ ဟောကြားတော်မူခဲ့သော တရားတော်များတွင် မင်္ဂလာသုတ်၊ သီရိလော ဝါဒသုတ်၊ သမ္မဒါတရား(၄)ပါး စသည်တို့သည် အထူးကျော်ကြားခဲ့ကြ ပါသည်။

ထိုနည်းတူ အင်္ဂုတ္တိုလ် ပါဠိတော် ပဉ္စကနိပါတ်တွင် ပါရှိသော အသက် ရှည်ခြင်းနှင့် အသက်တိုခြင်း အကြောင်းတရားများ၊ အစားအသောက်၌ အတိုင်းအရှည် သိရခြင်း၊ အကျိုးတရားများ၊ ယာဂ (ဆံပြုတ်) သောက်ရ သော အကျိုးတရားများ၊ သွားတိုက်ခြင်း၏ အကျိုးတရားများ၊ လမ်း လျှောက်ခြင်း၏ အကျိုးတရားများစသည်တို့မှာ ကျန်းမာရေးအတွက် အလွန် ပင် အကျိုးရှိလှသော တရားတော်များ ဖြစ်ပါသည်။

ယင်းသို့ ကျန်းမာရေးအတွက် အဖက်ဖက်မှာ ပြည့်စုံရန် ဟောကြားခဲ့ သော တရားတော်များအနက် သွားတိုက်ခြင်း (ဝါ) တံပူစားခြင်း၏ အကျိုး တရား ငါးပါးကို သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာရှင်များနှင့် ပြည်သူလူထု အားလုံးသိရှိ မှတ်သားထားလျှင် အကျိုးရှိမည်ဟု ထင်မြင်မိပါသည်။ ယင်း အကျိုးတရား ငါးပါးကို ဦးခင်မောင်ဝင်း၏ ‘ဗုဒ္ဓ၏ လူမှုရေးတရားတော် များ’ စာအုပ်တွင် အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြထားသည်ကို မှတ်သား သိရှိရပေ သည်။

ယင်းတို့မှာ

၁။ မျက်စိကြည်လင်၏။

၂။ ခံတွင်းအနံ့ကောင်း၏။

၃။ အရသာကို ဆောင်တတ်သော အကြောတို့ စင်ကြယ် ကုန်၏။

၄။ သည်းခြေသလိပ်တို့သည် အစာကို မမှေး ယှက်။

၅။ ထိုတံပူစားသူအား ထမင်းမြိန်စေ၏ ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ထိုကဲ့သို့ လောကီလောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာ သော အကျိုးစီးပွားများအတွက် ဟောပြောညွှန် ပြခဲ့သော မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ကျေးဇူးတော် အနန္တအား ရည်မှန်း၍ နည်းမျိုးစုံဖြင့် ရှိခိုးကော် ရော် ပူဇော်ဦးခိုက်ကြပါသည်။ ယင်းသို့ အမျိုး မျိုး ရှိခိုးပူဇော်ရာတွင်လည်း ဘုရားရှင်၏ လက္ခဏာတော်ကြီး ၃၂ ဖြာအား ရည်မှန်း၍ ရှိခိုး ပူဇော်သော ကန်တော့ခန်းသည်လည်း လွန်စွာ ကျော်ကြားလှပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ထူးခြားအံ့ချီးဖွယ် လက္ခဏာတော်ကြီး ၃၂ဖြာ တွင် ဘုရားရှင်၏ သွားတော်များနှင့် ပတ်သက် ၍ ဝံသာနု ဦးပြိုင်၏ ဘုရားရှိခိုးအမျိုးမျိုးစာအုပ် တွင် အောက်ဖော်ပြပါအတိုင်း တွေ့ရှိမှတ်သား ရပါသည်။

ဝတ္ထုလီသ သမဒန္တ = အထက်နှစ်ဆယ်၊
အောက်နှစ်ဆယ် အမျှလေးဆယ်သော သွားတော်

လည်း ရှိတော်မူ၏။

သမကလပနဇော = ခရသင်းပွတ်သစ်ကဲ့သို့ သန့်ရှင်းဖြူစင်စွာ ညီညွတ်သော သွားတော်လည်း ရှိတော်မူ၏။

အဝိရဋ္ဌဒန္တော = မခေါမကျဲ ရွဲစိဘိသကဲ့သို့ ညီညွတ်သော သွားတော်လည်း ရှိတော်မူ၏။

သဒါတဒါဌော = ပွတ်သစ်သော ခရသင်းကဲ့သို့ ဖြူစင်စွာသော လေးချောင်းသော စွယ်တော်လည်း ရှိတော်မူ၏။

မြတ်စွာဘုရားရှင်တွင် အထက် နှစ်ဆယ်၊ အောက် နှစ်ဆယ် စုစုပေါင်း သွားတော်အရောင်း ၄၀ ရှိသည့်အနက် စွယ်တော် လေးချောင်းမှာ ကြီးမားဖွံ့ထွား၍ ထင်ရှားသည်ဟု သိရှိရပေသည်။ သွားခေါခြင်း၊ သွားကျခြင်း၊ သွားထပ်ခြင်း မရှိဘဲ သွားများ ညီညာစွာ တည်ရှိနေပြီး သွားတော်များ၏ အရောင်မှာလည်း ခရသင်း ပွတ်သစ်ကဲ့သို့ သန့်ရှင်းဖြူစင်စွာလည်း တည်ရှိနေပေသည်။ မုသာဝါဒမှ ကင်းလွတ်ခြင်း၏ လက္ခဏာတော်များဟုလည်း တစ်နည်းအားဖြင့် မှတ်သားရပါသည်။ မုသာဝါဒ ကျူးလွန်သူများသည် (၁) စကားမဝီသခြင်း၊ (၂) သွားများ မညီမညွတ်ရှိခြင်း၊ (၃) အာပုပ်နံ နံစော်ခြင်း၊ (၄) အသားအရေ စိုစိုပြည်ပြည် မရှိခြင်း၊ (၅) မျက်စိနားစသော ဣန္ဒြေများ နောက်ကျကျရှိခြင်း၊ (၆) ကိုယ်ဟန်ပုံဖုံး ချွတ်ယွင်းခြင်း၊ (၇) သူတစ်ပါးပေါ်၌ ဩဇာအာဏာ မတည်ခြင်း၊ (၈) နှုတ်လျှာ အပြော ကြမ်းတမ်းခြင်း၊ (၉) လျှပ်ပေါ်လော်လီ မတည်ကြည်ခြင်း စသည့်အပြစ်များ ခံစားရကြောင်း ဟောကြားတော်မူခဲ့သည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။

မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ စွယ်တော်မြတ် လေးဆူသည် ဘုရားရှင်၏ အဓိဋ္ဌာန်ဖြင့် မပျက်မစီး ကြွင်းကျန်ရစ်သော ဓာတ်တော် (၇)ဆူတွင် ပါဝင်ပါသည်။ ယင်းစွယ်တော် လေးဆူအနက် လက်ယာဘက်အထက် စွယ်တော်မှာ နတ်ပြည်တွင်လည်းကောင်း၊ လက်ယာဘက် အောက်စွယ်တော်မှာ နဂါးပြည်တွင်လည်းကောင်း စေတီတည်ထား ကိုးကွယ်ထားကြောင်း သိရှိရပါသည်။ လက်ဝဲဘက် အထက်စွယ်တော်မှာ တရုတ်ပြည်တွင်လည်းကောင်း၊ လက်ဝဲဘက် အောက်စွယ်တော်မှာ သီဟိုဠ်ကျွန်းတွင် လည်းကောင်း စေတီတော် တည်ထား ကိုးကွယ်ထားကြောင်းလည်း သိရှိရပါသည်။

ဘုရားရှင်၏ စွယ်တော်လေးဆူကို ရည်မှန်း၍ ရှိခိုးပူဇော်သော ဂါထာတော်မှာ -

‘တာဝတိသေဧကာ ဒါဌာ

ဧကာဘုဇေပုရကေ

ဂန္ဓာရေဒန္တပူရိ

တာဝိန္ဒာမိဓာတုယော’ ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဧကာဒါဌာ = အထက် လက်ယာစွယ်တော် ဓာတ်တစ်ဆူသည်၊ တာဝတိသေ = တာဝတိသာ နတ်ပြည်၌၊ တိဌတိ = တည်နေကိန်းဝပ်တော်မူ၏။

ဧကာဒါဌာ = အောက်လက်ယာ စွယ်တော်ဓာတ် တစ်ဆူသည်၊ ဘုဇေပုရကေ = နဂါးပြည်၌၊ တိဌတိ = တည်နေကိန်းဝပ်တော်မူ၏။ ဧကာဒါဌာ = အထက် လက်ဝဲစွယ်တော်တစ်ဆူသည်၊ ရဂန္ဓာရေ = ဂန္ဓာရတိုင်း (တရုတ်ပြည်သူ သမ္မတနိုင်ငံ)၌၊ တိဌတိ = တည်နေကိန်းဝပ်တော်မူ၏။ ဧကာဒါဌာ = အောက်လက်ဝဲ စွယ်တော်ဓာတ် တစ်ဆူသည်၊ ဒန္တပူရမိ = ကလိင်္ဂတိုင်း ဒန္တပူပြည် (သီရိလင်္ကာနိုင်ငံ)၌၊ တိဌတိ = တည်နေကိန်းဝပ်တော်မူ၏။ တာဝိဓာတုယော = ထိုတိုင်းပြည်နိုင်ငံ ဒေသဌာနတိုင်း၌ တည်နေကိန်းဝပ်တော်မူသော စွယ်တော်လေးဆူတို့ကို၊ အဟံ = အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္တာမိ = ဦးခေါင်းညွတ်ကျိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးပါ၏။

ထိုနည်းတူ ဘုရားရှင်၏ မျက်လုံးတော်ကို ရည်မှန်း၍ ရှိခိုးသောဂါထာ၊ သွားတော်လေးဆယ်ကို ရည်မှန်း၍ ရှိခိုးသော ဂါထာတော်များကို ရှေးက ဆရာတော် ပညာရှိကြီးများက ရေးသားတော်မူခဲ့ကြပါသည်။ မျက်လုံးတော်ကို ရည်မှန်း၍ ရှိခိုးသော ဂါထာတော်မှာ လူသိများသည့်နည်းတူ သွားတော်လေးဆယ် ဘုရားရှိခိုးကိုလည်း အထူးသဖြင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာရှင်များနှင့် သွားရောဂါဝေဒနာရှင်များ ကျက်မှတ်၍ ပူဇော်နိုင်ကြခြင်းငှာ အောက်ဖော်ပြပါအတိုင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

သွားတော်လေးဆယ် ဘုရားရှိခိုး

သတိ ဂတိ ဓိတိ မန္တံ၊

သန္တံ ဒန္တံ တထာဂတံ။

စတ္တာလိသ သမဒန္တံ၊

သမ္ပန္နံ ပနမာမဟံ။

သတိမန္တံ - ရှေးရှေးသောဘဝများစွာ သံသရာ၌ နေခဲ့ဖူး ဖြစ်ခဲ့ဖူးသော အကြောင်းအရာတို့ကို ပြန်လည် အောက်မေ့ခြင်းငှာ စွမ်းနိုင်သော သတိလည်း ရှိတော်မူပေသော...

ဂတိမန္တံ - နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော လားရာလည်း ရှိတော်မူပေသော...

ဓိတိမန္တံ - အလွန်တည်ကြည်သော သမာဓိတရားလည်း ရှိတော်မူပေသော...

သန္တံဒန္တံ - တည်တံ့ခိုင်မြဲသော သွားတော်လည်း ရှိတော် မူပေသော...

တထာဂတံ - ရှေးဘုရားသခင် အရှင်မြတ်ကြီးများကဲ့သို့ ပွင့်ထွန်းပေါ်ကာ ကြွလာခြင်း ကောင်းတော်မူပေသော...

စတ္တာလိသသမဒန္တံ - ညီညွတ်စမ္မယ် တင့်တယ်သော သွားတော်လေးဆယ်လည်း ရှိတော်မူပေသော...

သမ္ပန္နံ - ငါးတန်ခွေယျ ဓမ္မလုံးစုံ တရားပုံကို အကုန်အစင် သိမြင်
တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားကို

အဟံ - ခန္ဓာငါးခု ငါဟု ထင်မှား တပည့်သားသည်

ပနမာမိ - သုံးလီစေတနာသုံးဖြာ ဒွာရပဏမဖြင့် ကြည်စွာ သဒ္ဓါ
ဦးညွှတ်ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား။

နိဂုံးချုပ်အားဖြင့် တင်ပြလိုသည်မှာ (၃၂) ကောဋ္ဌာသ ကမ္မဋ္ဌာန်းတွင်
ကေသာ၊ လောမာ၊ နခါ၊ ဒန္တာ၊ တစော စသည်ဖြင့် ဒန္တာ(သွား)သည်
တစ်ပါးအဝင် ဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းပေါ်တွင်
ဝိပဿနာ ချွေးနိုင်ပါလျှင်လည်း အရဟတ္တ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် ရရှိနိုင်
ပါသည်။ ယင်းသို့ ရနိုင်ကြောင်းကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ်တွင် ပါရှိသော မဟာတိဿ
မထေရ်ဇာတ်ကြောင်းက သက်သေခံလျက် ရှိပါသည်။

အခါတစ်ပါး၌ စေတီတော်၌ သီတင်းသုံးတော်မူသော မဟာတိဿ
မထေရ် အမည်ရှိ ရဟန်းတစ်ပါးသည် အနုရာဓမြို့သို့ ဆွမ်းခံဝင်စဉ် တခါခါ
ရယ်သော အသံကို ကြားရသဖြင့် လှည့်ကြည့်ရာ မိန်းမငယ်တစ်ဦး သွားပေါ်
အောင် ရယ်နေသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။ ထိုအခါ ရဟန်းသည် 'ငါ ယခု
မြင်ရသော အာရုံကား သွားရိုး၊ အရိုးစု၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်ဟု လက်ကိုင် နှလုံး
သွင်းအတိုင်း၊ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ဝိပဿနာ ချွေလေရာ အရဟတ္တ မဂ်ဉာဏ်
ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရရှိပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်သွားတော်မူပါသည်။

ဤကဲ့သို့ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သာသနာတော် သုံးရပ်စလုံးတွင် အကျုံးဝင်လျက်
ရှိသော သွားဒေသနာတော်များကို လေ့လာကျင့်ကြံပွားများ အားထုတ်ကြ
ခြင်းဖြင့် လိုရာဆန္ဒပြည့်ဝနိုင်ကြပါစေသတည်း။

(ဤဆောင်းပါး ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် ဩဝါဒပေး လမ်းညွှန်တော်မူခဲ့
ကြသော နိုင်ငံတော် ပရိယတ္တိ သာသနာ့တက္ကသိုလ်မှ နာယကချုပ် ဆရာ
တော်များ ဖြစ်ကြသည့် အဂ္ဂမဟာမဏ္ဍိတ ဘဒ္ဒန္တပဏ္ဍိတနှင့် အဂ္ဂမဟာ
ပဏ္ဍိတ ဘဒ္ဒန္တ ဝဏ္ဏိတ၊ ဆရာကြီး ဦးစံတင်၊ ဆရာကြီး ဦးဝင်းကြိုင်တို့အား
လည်းကောင်း၊ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်မှ ပါမောက္ခ ချုပ် (ငြိမ်း)
ဒေါက်တာဦးဌေးဆောင်၊ သွားတုဆေးပညာ ဌာနမှူး (ငြိမ်း) ပါမောက္ခ
ဒေါက်တာ ဦးခင်မောင်လတ်တို့အားလည်းကောင်း ကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း
ရှိသောစွာ ဂါရဝဖြင့် ရှိခိုးကန်တော့အပ်ပါသည်။) ■

ဒေါက်တာသိန်းကြူ

ကျမ်းကိုးစာရင်း

- ၁။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အရသာ - ဆရာတော် ဦးအရိယမထေရ် (အဂ္ဂမဟာ ပဏ္ဍိတ)
- ၂။ အခြေပြု ဗုဒ္ဓဘာသာ - အရှင်ကေလာသ
(ဒီဃဘာဏက ဒီဃနိကာယ ကောဝိဒ)
- ၃။ ဗုဒ္ဓ၏ လူမှုရေးတရားတော်များ - ဦးခင်မောင်ဝင်း
- ၄။ ဘုရားရှိခိုး အမျိုးမျိုး - ဝိသာန ဦးပြိုင်
- ၅။ ဗုဒ္ဓဘာသာလက်စွဲကျမ်း (ပထမတွဲ) - သာသနာ့ရေးဦးစီးဌာန

*သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း (၁၉၉၆)မှ
ပြန်လည်ဆန်းသစ် ဖော်ပြပါသည်။*

အမေပျား . . သို့

ဧရာရဲရန်
ဖိနှိပ်ဒဏ်ကို
ရင်နှင့်အနှံ့
မချိဆံ့လည်း
ပြုံးပန်းကိုချယ်
သားကိုရယ်၍
အမေ . . .
နေကောင်းပါတယ်ကွယ်။

ယုခင် (H/S)



အကယ်ဒမီရစေမယ့် ထုံဆေး

အကယ်ဒမီဆုရင် သရုပ်ဆောင် အမျိုးသမီးကြီး တစ်ယောက်သည် သူမ၏ အောက်အံ့သွားကိုက်သဖြင့် သွား ဆရာဝန်ထံ လာရောက်ပြသ၏။ သူမ၏သွားမှာ နုတ်ရန်လို သဖြင့် သွားဆရာဝန်က ထုံဆေးထိုးပေးပြီး ခဏကြာသော် ဤသို့ပြော၏။

သွားဆရာဝန်။ အန်တီရေ၊ လျှာတစ်ခြမ်းနဲ့ နှုတ်ခမ်းတစ်ခြမ်း ထုံလာပြီလား။

အမျိုးသမီးကြီး။ ဆရာရယ်၊ ထုံချက်ကတော့ မပြောနဲ့။ ပါးစပ် တစ်ခြမ်းလုံး ရွှံ့စောင်းပြီး လေဖြတ်နေသလား အောက်မေ့ရတယ်။ ဆရာဆီက ထုံဆေး ငှားပြီး လေဖြတ်တဲ့အခန်း သရုပ်ဆောင် ရရင် တော့ တကယ့်အကယ်ဒမီရောပဲ။

ဆါဝ(သွား/ဆေး)

သူသွားနုတ်လို့ ကိုယ်ရတဲ့သူ

သွားနုတ်ပြီး ဂွမ်းကိုက်ထားသော အမျိုးသမီးက မျက်နှာ ကြီး ရှုံ့နေသလောက် အဖော်လိုက်လာသော သူမ၏ ခင်ပွန်း ဖြစ်သူမှာ ပျော်ရွှင်နေပုံရသည်။ ထိုအခါ နောက်မှ ရောက်လာ သော သူငယ်ချင်းက ထိုသူကို ဤသို့နောက် ပြောင်လိုက်၏။

သူငယ်ချင်း။ မင်းအမျိုးသမီး သွားနုတ်တာကို မင်းက မှီရတဲ့မျက်နှာလို တော်တော်ပျော်နေရလား။

လူနာ၏ခင်ပွန်း။ မင်းက ဘာသိလို့လဲ။ ငါ့မိန့်မ အရမ်း စကား များတာ၊ စက်မော်တာကို ပါးစပ်မှာတပ်ထား သလား အောက်မေ့ရတယ်။ ငါ့ကို ဆုရင် လည်း စက်သေနတ် ပစ်သလို Non stop အဆက်မပြတ် တော့ဘူး။ ခုမှ နားညည်း သက်သာတာ။



ဆါဝ(သွား/ဆေး)



လိုင်စင်ရ အတုလုပ်ငန်း

သား။ သားရဲ့သူငယ်ချင်းက အတုလုပ်တဲ့ လုပ်ငန်းနဲ့ ကြီး ပွားနေတာ။

အဖေ။ အတုဆိုရင် ဘယ်အတုမှ မကောင်းဘူး။ ဥပဒေ နဲ့လည်း မကင်းဘူး။ တော်ကြာ မင်းကိုပါ အမှု လာပတ်နိုင်တယ်။ အဲဒီလိုမျိုး အတုလုပ်တဲ့ သူငယ် ချင်းနဲ့ မပေါင်းပါနဲ့ကွာ။

သား။ ဟာ အဖေကလည်း အတွေးခေါင်နေပြန်ပြီ။ သားရဲ့ သူငယ်ချင်းက သွားတုကျွမ်းကျင်သူလေ။ လူသား အကျိုးပြု 'အတု' ပါ။

ဆါဝ(သွား/ဆေး)

ဘောင်းဘီရှည်ပဲ ဝတ်တတ်တယ်

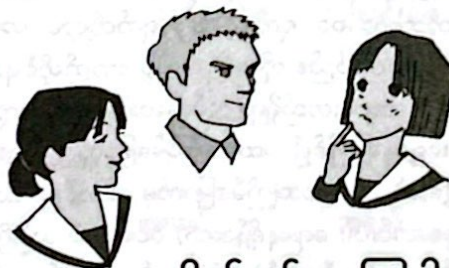
မမျိုးမျိုး။ ညည်းရည်းစားက သွားဆရာဝန်ဆို။

မသိဂီ။ ဟုတ်တယ်။

မမျိုးမျိုး။ ဘာထူးခြားလဲ။

မသိဂီ။ ပုဆိုးမဝတ်တတ်ဘူး။

(W.L.O)



ကိုယ်ချင်းစာကြပါ

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်မှ ဆရာ/ဆရာမများ ခင်ဗျား။ ကျွန်တော်တို့ကျောင်းတွင် လူမျိုးကြီးဖြစ်ပွားမှုနှုန်း လွန်စွာမြင့်တက်နေခြင်းကြောင့် နောင်နှစ် ကျောင်းဖွင့်ရာသီ တွင် ကျောင်းသူဦးရေတိုး၍ ခေါ်ယူသင့်ကြောင်း အကြံပြု အပ်ပါသည်။

(W.L.O)

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းသည် အစဉ်အလာကောင်းသောအသင်း ဖြစ်ပါသည်။

ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးနန်းရှိန်၊ ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးချစ်ဦး၊ ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးခင်မောင်လတ်တို့သည် အသင်းဥက္ကဋ္ဌများအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ကြပြီး ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးပွင့်ဖူးမှာ ယခုလက်ရှိဥက္ကဋ္ဌ ဖြစ်ပါသည်။

ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးသိန်းကြူသည်လည်း လက်ရှိ အတွင်းရေးမှူးအဖြစ် ဆောင်ရွက်လျက် ရှိပါသည်။

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းသည် ဝါဆိုသင်္ကန်း ကပ်လှူခြင်း၊ ဝါတွင်း ဥပုသ်နေ့များ၌ ဘုရားခန်းမတွင် ဝတ်ရွတ်ပူဇော်ခြင်း၊ ဝါတွင်း သုံးလအတွင်း တက္ကသိုလ်များ ဓမ္မာရုံကြီးတွင် ဥပုသ်သီလပေးပွဲ၌ ဥပုသ် တစ်ရက်အတွက် နှစ်စဉ်ဒါနကုသိုလ်ပြုခြင်း၊ ကထိန်သင်္ကန်း ကပ်လှူခြင်း၊ ဗုဒ္ဓစာပေ ပြန့်ပွားရေး ဟောပြောပွဲများ အခါအားလျော်စွာ ပြုလုပ်ခြင်းနှင့် ဒုလ္လဘရဟန်းခံခြင်းများကို နှစ်စဉ် သဒ္ဓါထက်သန်စွာ ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။ ၎င်းအပြင် တက္ကသိုလ်ပေါင်းစုံ ဗုဒ္ဓဓမ္မ ဒေသနာ ပါဠိတော်များ အာဂုံဆောင် စာပြန်ပွဲများတွင်လည်း ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း ဝတ်ရွတ်အဖွဲ့မှ ဆရာ/ ဆရာမများ၊ ကျောင်းသူ/ကျောင်းသားများ၊ ဝန်ထမ်းများသည် ကြည်ညိုစွာဖြင့် အခြားတက္ကသိုလ်များနည်းတူ ပါဝင်ပူဇော်မှုအကြောင်းကို တင်ပြလိုက်ပါသည်။



တက္ကသိုလ်များ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းကြီး (ရန်ကုန်)မှ ကြီးမှူး၍ ပထမ အကြိမ်မြောက် ဗုဒ္ဓဓမ္မဒေသနာတော်များ အာဂုံဆောင် စာပြန်ပွဲကို ၁၉၉၇ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ ၁၁ ရက်နှင့် ၁၂ ရက်တို့တွင် တက္ကသိုလ်များ ဓမ္မာရုံကြီး၌ ကျင်းပခဲ့ပါသည်။ ထိုအချိန်က သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ကြီးကို ယခင် ကျောင်းတည်ရှိရာ လမ်းမတော်မှ သင်္ဃန်းကျွန်း သံသုမာလမ်းသို့ ပြောင်းရွှေ့နေချိန်ဖြစ်၍ ပထမအကြိမ်မြောက်တွင် ဝင်ရောက် မပူဇော်ခဲ့ရပါ။ သို့သော် ဒုတိယအကြိမ်မြောက်မှ စတင်၍ သတ္တမအကြိမ်မြောက်ထိ (ယခုဆောင်းပါး ရေးနေချိန်အထိ) ဝင်ရောက် ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ပါသည်။ တက္ကသိုလ်ပေါင်းစုံ ဝတ်ရွတ်ပူဇော်ပွဲတွင် စတင် ယှဉ်ပြိုင်ပူဇော်ခြင်း မပြုမီ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းမှ ကြီးမှူး၍ ကျောင်းတွင်း ဝတ်ရွတ်ပူဇော်ပွဲကို ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးခင်မောင်လတ်၏ ဦးဆောင်လမ်းညွှန်မှုဖြင့် ပထမဦးဆုံးအကြိမ် ပြုလုပ်သန္ဓေတည်ခဲ့ပါသည်။ ဆရာ/ဆရာမများ၊ ကျောင်းသား/ကျောင်းသူများ၊ ဝန်ထမ်းများသည် အာဂုံဆောင် ပူဇော်ပွဲကို ကျောင်းတွင်းပူဇော်ပွဲမှ စတင်၍ တက္ကသိုလ်ပေါင်းစုံ ပူဇော်ပွဲကိုပါ ဆက်လက် ပါဝင်ပူဇော်ခဲ့ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဓမ္မ ဒေသနာတော်များ အာဂုံဆောင်စာပြန်ပွဲကို အောက်ပါ ရည်ရွယ်ချက်များဖြင့် ကျင်းပရခြင်းဖြစ်ကြောင်း မှတ်သားခဲ့ရပါသည်။

၁။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားတော်မူခဲ့သည့် ပါဠိတော်များကို အာဂုံဆောင်နိုင်

၍ ဓမ္မစေတီ ထိုက်သောသူများ ဖြစ်လာနိုင်ကြစေရန်။

၂။ ပဋိသန္ဓိဒါဉာဏ် ရရှိရေးအတွက် အထောက်အပံ့ ဖြစ်စေရန်။

၃။ ပါဠိတော်များကို အာဂုံဆောင်နိုင်ရန်အတွက် အမြဲမပြတ် ရွတ်ဆိုနေခြင်းဖြင့် ဘေးရန်အန္တရာယ်များ၊ ရောဂါဘယများ ကင်းဝေးကြစေရန်။

၄။ အာဂုံရွတ်ဆိုနိုင်သည့်အတွက် ပါဠိတော်များ၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို အာရုံပြုနိုင်ပြီး ထိုမှ တစ်ဆင့် ကိုယ်တွေ့ကျင့်ကြံ အားထုတ်မှုများ ရရှိလာစေရန်။

၅။ စိုးရိမ်ခြင်း၊ မြည်တမ်းခြင်း၊ ကိုယ်၏ ဆင်းရဲခြင်း၊ စိတ်နှလုံး မသာယာခြင်းဟူသော လေးပါးသော ဥပဒ္ဒေါတို့ ပယ်ပျောက်၍ ကိလေသာမှ စင်ကြယ်ခြင်း၊ အရိယမဂ်ရခြင်း၊ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်းဟူသော အကျိုးသုံးပါးကို ရစေသည့် ပါရမီများ ပြည့်ဝလာစေရန် ဖြစ်ပါသည်။

စာပြန်ပွဲကို တက္ကသိုလ်များ ဓမ္မာရုံကြီးတွင် နှစ်ရက်တိတိ ကျင်းပလေ့ရှိပါသည်။ ပူဇော်ရမည့် ပါဠိတော် (၅)မျိုး ရှိပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ (၁) ဓမ္မစကြာပါဠိတော်၊ (၂) အနတ္တ လက္ခဏာသုတ် ပါဠိတော်၊ (၃) ပရိတ်ကြီး (၁၁)သုတ် ပါဠိတော်၊ (၄)ပဋ္ဌာန်းပစ္စယ ဥဒ္ဒေသနိဒ္ဒေသပါဠိတော်နှင့် (၅) မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ပါဠိတော်များ ဖြစ်ပါသည်။ တစ်ဦးချင်းနှစ်သက်ရာ ပါဠိတော်တစ်မျိုးမှစ၍ ငါးမျိုးလုံး ယှဉ်ပြိုင်ပူဇော်ခွင့် ရှိပါသည်။ စာပြန်ပွဲနှစ်ရက်လုံးတွင် နိုင်ငံတော် ပရိယတ္တိသာသနာ့တက္ကသိုလ် (ရန်ကုန်)မှ နာယကချုပ် ဆရာတော်အမှူးပြု၍ ဆရာတော် ၁၅ ပါးမှ ၁၈

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ပုဒ္မဟာသအသင်း ဝတ်ရွတ်အဖွဲ့၏ ပုဒ္မဓမ္မဒေသနာပါဠိတော်များ အာဂုံဆောင်စာပြန့်ပွဲ ပုတ်တမ်း မဒေါလှလှဝင်း

ပါးထိ ကြရောက်တော်မူကြ၍ စာစစ်ဆရာတော်များအဖြစ် ဆောင်ရွက်ပေးတော်မူကြပါသည်။

တိကျသော အမှတ်ပေးစည်းမျဉ်းနှင့်အညီ ပါဠိအသံထွက် မှန်ကန်မှု၊ ပုဒ်ဖြတ်မှန်ကန်မှု၊ ဌာန်ကရိုဏ်းကျန၍ သာယာနာပျော်ဖွယ်ရှိမှု ပေါ်တွင် စစ်ဆေးပါသည်။ ထို့အပြင် ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်အပေါ်၌ ကြည်ညိုသောသဒ္ဓါစိတ်ဖြင့် အာဂုံရွတ်ဆိုရာတွင် အစမှ အဆုံးထိ သေသပ်တည်ငြိမ်စွာ နေထိုင်နိုင်ရပါမည်။ အမျိုးသားများဖြစ်ပါက အမျိုးသားဝတ်စုံအပြည့်၊ အမျိုးသမီးများ ဖြစ်ပါက သိမ်မွေ့သော မြန်မာအမျိုးသမီး ဝတ်စုံအပြည့် (ဖြစ်နိုင်ပါက ယောဂီဝတ်ဆုံ) ဝတ်ဆင်၍ ဖြေဆိုရပါသည်။ ပါဠိတော်တစ်ခု အာဂုံဖြေဆိုရာ၌ (၃) ကြိမ်အထိသာ စာထောက်ခွင့်ပြု၍ (၃)ကြိမ်ထက် ပိုသွားပါက ဖြေဆိုခြင်းကို ရပ်ဆိုင်းပါသည်။ စာမထောက်မီ စဉ်းစားခွင့်ပြုချိန်မှာလည်း (၃) မိနစ်သာ ဖြစ်ပါသည်။ အာဂုံဖြေဆို အောင်မြင်သူများသည် အမှတ် (၁၀၀)အပြည့် တူနေပါက စာစစ်ဆရာတော်များမှ ရေးဖြေ၊ ဖြေစေပြီး တိကျသော အမှတ်ပေးစည်းမျဉ်းများနှင့် ထပ်မံ၍ အဆင့်ဆင့် စစ်ဆေးတော်မူကြပါသည်။ ပါဠိတော် (၅)မျိုး စာပြန့်ပွဲများအနက်၊ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ပါဠိတော်ကြီး၌ ပထမရရှိသူကို ဗုဒ္ဓဂါယာသို့ ဘုရားဖူးစရိတ်ကို ချီးမြှင့်ပါသည်။ ကျန်ပါဠိတော်များအတွက်လည်း ထိုက်တန်စွာ ဆုချီးမြှင့်ပါသည်။

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်မှ ဆရာ/ဆရာမများ၊ ကျောင်းသား/ကျောင်းသူများ၏ ယခုဆောင်းပါရေးချိန်အထိ ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်၊ ပူးစော့ခဲ့မှုကိုလည်း ကြည်ညိုသဒ္ဓါပွားနိုင်ရန် အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြလိုက်ပါသည်။

ဒုတိယအကြိမ်မြောက်

ပါဠိတော်	အဆင့်	အမည်
ဓမ္မစကြာ ပရိတ်ကြီး(၁၁)သုတ်	အဌမ	ဒေါက်တာစုယဉ်ထွန်း
	တတိယ	ဒေါက်တာပြေလွင်
	အဌမ	ဒေါ်စိုးစိုးမော် (ခါတုပေဒ)
	နဝမ	ဦးဝင်းနိုင် (နယ်မြေမှူး)
ပဌာန်း	စုဒ္ဓသမ	ဒေါ်ယဉ်ယဉ်အေး (ခါတုပေဒ)
	သတ္တမ	ဒေါ်ဥမ္မာမြိုင် (မြန်မာစာ)
	တေရသမ	ဒေါက်တာပြေလွင်
	ဧကာဝိသတိမ	ဒေါက်တာစုယဉ်ထွန်း
	ပဉ္စဝိသတိမ	ဦးဝင်းနိုင် (နယ်မြေမှူး)

တတိယအကြိမ်မြောက်

ပါဠိတော်	အဆင့်	အမည်
ဓမ္မစကြာ	စတုတ္ထ	ဒေါက်တာဇင်မိုးဝါ
	သတ္တမ	ဒေါ်ဥမ္မာမြိုင် (မြန်မာစာ)
	ပန္နရသမ	ဒေါ်ယဉ်ယဉ်အေး (ခါတုပေဒ)
	သောဠသမ	ဒေါ်ယဉ်ယဉ်အေး (ခါတုပေဒ)
အနတ္တလက္ခဏာသုတ်	ဧကနဂီသတိမ	ဒေါ်ဥမ္မာမြိုင် (မြန်မာစာ)



ပဌာန်း: တတိယ (မြန်မာစာ) သတ္တမ ဒေါ်ဥမ္မာမြိုင် ဒေါက်တာ နန်းလဲ့ယဉ်ဝင်း

စတုတ္ထအကြိမ်မြောက်

ပါဠိတော်	အဆင့်	အမည်
ဓမ္မစကြာ	စတုရိသတိမ	ဒေါက်တာမင်းဟင်
အနတ္တလက္ခဏာ	ဝိသတိမ	မစိုးမမ
သုတ်		(နောက်ဆုံးနှစ် B.D.S cယ)
ပရိတ်ကြီး	ပဉ္စမ	ဒေါက်တာ
(၁၁)သုတ်		နန်းလဲ့ယဉ်ဝင်း
ပဌာန်း:	စတုတ္ထိသမ	မဇာခြည်ကျော်မြင့်
		(နောက်ဆုံးနှစ် B.D.S cယ)

ပဉ္စမအကြိမ်မြောက်

ပါဠိတော်	အဆင့်	အမည်
ဓမ္မစကြာ	သတ္တမ	ဒေါက်တာဇင်မိုးဝါ
	စုဒ္ဓသမ	ဒေါက်တာမင်းဟင်
အနတ္တလက္ခဏာ	သတ္တမ	ဒေါက်တာ
သုတ်		နန်းလဲ့ယဉ်ဝင်း
	စုဒ္ဓသမ	မစိုးမမ
		(နောက်ဆုံးနှစ် B.D.S cယ)

သောဠသမ	မောင်သန်းထိုက်
	(နောက်ဆုံးနှစ် B.D.S cယ)
ဧကုနဝိသတိမ	ဦးဝင်းနိုင်
	(နယ်မြေမှူး)
ပရိတ်ကြီး	ဒေါက်တာ
(၁၁)သုတ်	နန်းလဲ့ယဉ်ဝင်း
ပဌာန်း:	ဒေါက်တာမြတ်ဉာဏ်
	ဒေါက်တာ
	နန်းလဲ့ယဉ်ဝင်း
	ဒေါက်တာမြတ်ဉာဏ်
	ဒဿမ
	ဒေါက်တာဇင်မိုးဝါ
	မဇာခြည်ကျော်မြင့်
	(နောက်ဆုံးနှစ် B.D.S cယ)
	ဒေါက်တာမင်းဟင်
	ဦးဝင်းနိုင်
	(နယ်မြေမှူး)

ဆဋ္ဌမအကြိမ်မြောက်

ပါဠိတော်	အဆင့်	အမည်
ဓမ္မစကြာ	ဝိသတိမ	ဒေါက်တာမင်းဟင်
အနတ္တလက္ခဏာ	စတုတ္ထ	မစိုးမမ
သုတ်		(နောက်ဆုံးနှစ် B.D.S cယ)
ပရိတ်ကြီး	ဆဋ္ဌမ	ဒေါက်တာမြတ်ဉာဏ်
(၁၁)သုတ်		
ပဌာန်း:	စတုတ	ဒေါက်တာမြတ်ဉာဏ်
	သောဠသမ	မဇာခြည်ကျော်မြင့်
		(နောက်ဆုံးနှစ် B.D.S cယ)
	ဝိသတိမ	ဒေါက်တာမင်းဟင်

သတ္တမအကြိမ်မြောက်

ပါဠိတော်	အဆင့်	အမည်
----------	-------	------

ဓမ္မစကြာ	အဌမ	မခင်ကြည်ပြာအေး (စတုတ္ထနှစ် B.D.S)
	ဧကဒဿမ	ဒေါ်ဆွေဆွေမိုး (ရူပဗေဒဌာန)
	ဧကုဒိသတိမ	ဒေါက်တာမင်းဟက်
	ဝိသတိမ	ဒေါ်ဝါဝါနွယ်
အနတ္တလက္ခဏာ သုတ်	သတ္တမ	မစိုးမမ (နောက်ဆုံးနှစ် B.D.Sငယ်)
	သတ္တရသမ	မောင်သန်းထိုက် (နောက်ဆုံးနှစ် B.D.S)
	အဋ္ဌာရသမ	ဦးဝင်းနိုင် (နယ်မြေမှူး)
ပဌာန်း	ဧကဒဿမ	ဦးဝင်းနိုင် (နယ်မြေမှူး)
	စုဒ္ဒသမ	မခင်ကြည်ပြာအေး (စတုတ္ထနှစ် B.D.S)
	အဋ္ဌဝိသတိမ	ဒေါက်တာမင်းဟက်

ဆရာ/ဆရာမများ၊ ကျောင်းသူ/ကျောင်းသားများသည် ပြင်ဆင်ချိန် နည်းပါးစွာနှင့် ပူဇော်ခဲ့ရသော်လည်း၊ တက္ကသိုလ် ပေါင်းစုံ စုပေါင်းပူဇော်ပွဲတွင် ဤမျှသော အဆင့်များ ရရှိခဲ့ သည်ကို ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းက ဂုဏ်ပြုမှတ်တမ်း တင်အပ် ပါသည်။

၂၀၀၄ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလအတွင်း ကျင်းပမည့် အဌမအကြိမ် မြောက် ပူဇော်ပွဲကိုလည်း စွမ်းအားရှိသမျှ ဝင်ရောက်ပူဇော်ကြ မည်ဖြစ်ပြီး လည်မည့်နှစ်များတွင်လည်း အစဉ်ဆက်လက်၍ ပူဇော်ကြမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဒေါ်လှလှဝင်း

တွဲဖက် အတွင်းရေးမှူး

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း

KEYS

C ¹	H ²	I ³	M ⁴	P ⁵		P ⁶	A ⁷	I ⁸	L ⁹		
L ¹⁰	O	S	E	R		U ¹¹	N	D	E	R	
A ¹²	L	L		E ¹³	N ¹⁴	D		L ¹⁵	A	D	
W ¹⁶	E	A	K ¹⁷		A ¹⁸	D	D ¹⁹	E	D		
		N ²⁰	I	B ²¹	B	L	E		E	D ²²	
B ²³	A ²⁴	D	L	Y		6	V	E ²⁶	R	Y	
R ²⁷	U	S	T				E	A ²⁸	S	E	
A ²⁹	D				O ³⁰	P ³¹	A ³²	L	S		
T ³³	I	P ³⁴			R ³⁵	E	M	O	T	E ³⁶	
	O ²⁷	R	G ³⁸	A	N			P ³⁹	E	R	M ⁴⁰
		O ⁴¹	I	L	S			R ⁹²	A	N	

ကျွန်ုပ်တို့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် (ရန်ကုန်) သည် ကျောင်းသား/သူ အရေအတွက် များပြားလှသည်ဟု မဆိုနိုင်ပါ။ တိုးချဲ့ခေါ်ယူမှုများ ပြုလုပ်နေပြီဖြစ်သော်လည်း အခြားတက္ကသိုလ်များ နှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက ကျောင်းသား/သူအရေအတွက် သိသာစွာ နည်းပါးနေဆဲပင်ဖြစ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ကျောင်းသား/သူ အများစုမှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ဖြစ်ကြသည့်အလျောက် ရှေးရိုးစဉ်လာမပျက် ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးတမ်းစဉ်လာများကို ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရာတွင်မူ တက်ကြွစွာ လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများ ရှိခဲ့ပြီဖြစ်သော်လည်း 'သွား/ဆေးတက္ကသိုလ် ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း' ဟူ၍ အမည်နာမနှင့်တကွ အတိအလင်း ပေါ်ပေါက်လာခဲ့သည်မှာ ၁၉၇၉ ခုနှစ်တွင်မှ ဖြစ်ပါသည်။ ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် စတင်တာဝန်ယူ ဆောင်ရွက်ခဲ့သူမှာကား ဒေါက်တာ ဦးအောင်သန်း (၂) ထိုအချိန်က (ဌာနမှူး၊ မေးရိုးနှင့် ခံတွင်းခွဲစိတ်ကုပညာဌာန) ဖြစ်ပါသည်။

ထိုဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းကြီး၏ လှုပ်ရှားမှုများကား ပြန့်ပွားပြီးဖြစ်သော ဗုဒ္ဓသာသနာကို အရှည်တည်တံ့ ပွားများစေရန်၊ ရိုးရာဓလေ့ ယဉ်ကျေးမှုထုံးတမ်းစဉ်လာတို့ မပျောက်ပျက်စေရန်နှင့် ရင်းနှီးချစ်ကြည်သော သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးလောကအတွင်း မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမ ဗြဟ္မစိုရ်တရားတို့ ထွန်းကားတည်တံ့စေရေးတို့အပေါ် အခြေခံပါသည်။

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ အသင်းကြီးအနေဖြင့် ထိုအချိန်မှစ၍ မြန်မာတို့၏ ဆယ့်နှစ်လရာသီပွဲတော်များ၊ အထူးသဖြင့် ဘာသာရေးပွဲတော်များအား မပျက်မကွက် ကျင်းပနိုင်ရန် အာရုံပြု ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြပါသည်။ နှစ်စဉ်ကျင်းပသော ပွဲတော်များကို အစဉ်အလာ မပျက်ရစေသလို

နှစ်စဉ်မပြုလုပ်နိုင်သော ပွဲလမ်းသဘင်များကို လည်း ရံဖန်ရံခါ ကျင်းပပြီး ကြည်နူးပီတိဖြစ် ရသော အောင်မြင်မှုများစွာမှာလည်း သာဓက များစွာ ရှိခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။ (ဥပမာ - အတာ နှစ်ကူး လတန်ခူး၏ သင်္ကြန်ရေသဘင်ပွဲ၊ တပို့တွဲ လမှာ ထမနဲပွဲ စသည်)။ ထို့အပြင် ၁၉၇၉/၈၀ ခုနှစ်များအတွင်း ရွှေတိဂုံဘုရားလမ်းရှိ ယခင် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ကြီးတွင်

ဗုဒ္ဓသာသနာထွန်းကားရာ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်

ဒေါက်တာစိန်ရွှေ

ပါမောက္ခချုပ်၊ ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးအောင်သန်း၏ စီစဉ်ပေးမှုဖြင့် ပြင်ပဘာသာရေး စာရေး ဆရာကြီးများဖြစ်ကြသော ဆရာကြီး ဦးသုခ၊ (Ph.D lit.)၊ ဦးကျော်လွင် (နှစ်ဖက်လှ)၊ ဒေါက်တာ မင်းတင်မွန် (မဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ) တို့ အလှည့်ကျ လာရောက်၍ ဝါတွင်းကာလ စနေနေ့တိုင်း၌ ဗုဒ္ဓစာပေနှင့်ပတ်သက်သော ဟောပြောမှုများ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ဖူးပါသည်။ ထို့ပြင် ၁၉၇၉ ခုနှစ်၌ အဘိဓဇအဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိက ဘဒ္ဒန္တပညာဒီပ (ကျိုက်ထီး ဆောင်း) ဆရာတော်ဘုရားကြီးအား အမှူးထား၍ ပထမအကြိမ် ဝါဆိုသင်္ကန်းကပ် လှူဒါန်းပွဲကိုလည်း ခြိမ်းခြိမ်းသဲသဲ စတင်ကျင်းပ ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။

ခရစ်နှစ် ၁၉၆၄ တွင် စတင်ပေါ်ပေါက်လာသော သွား/ဆေးတက္ကသိုလ်၏ ဖွားဘက်တော် ဖြစ်သည့် ဗုဒ္ဓ ဘာသာအင်အားစု၏ လှုပ်ရှားမှုမှာ ဖြည်းဖြည်းနှင့် ငြိမ်ငြိမ်ညောင်းညောင်း စီးဆင်းလာခဲ့ သည်မှာ ရပ်တန့်သွားသည်ဟူ၍ မရှိခဲ့ပါချေ။ ထပ်လောင်း၍ဖြစ်ပေါ်လာရသော သာသနာပြုလုပ်ငန်း တစ်ရပ်သည် ခရစ်နှစ် ၁၉၈၁ ခုနှစ် တွင် ပေါ်ပေါက်ခဲ့ပါသည်။ ဤသည်မှာ သွား/ဆေးတက္ကသိုလ် ဆရာ/ဆရာမများ၊ ကျောင်းသား/သူများ၊ ဝန်ထမ်းများပါဝင်၍ သွား/ဆေးတက္ကသိုလ်၏ ပထမဦး ဆုံးသော ဒုလ္လဘရဟန်းခံပွဲကို ကျင်းပနိုင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ရဟန်းခံမင်္ဂလာ ကျင်းပသည့်အချိန်ကာလ မှာ ခရစ်နှစ် ၁၉၈၁ ခုနှစ်၊ ဧပြီလတွင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျင်းပသည့်နေရာမှာ ရန်ကုန်မြို့၊ ကမ္ဘာအေး စေတီဝင်းရှိ ချမ်းမြေ့ရိပ်သာ ဝိဟာသနာကျောင်းတွင် ဖြစ်ပါသည်။ ရဟန်းခံပုဂ္ဂိုလ်အရေအတွက်မှာ စုစုပေါင်း ၉ ပါးရှိခဲ့ပါသည်။ ထိုနှစ်ကာလမှစ၍ ကျွန်တော်တို့ တက္ကသိုလ်၏ ပါမောက္ခချုပ်၊ ပါမောက္ခဆရာကြီး ဦးအောင်သန်းအား အမှူးထား ရှေ့ဆောင်ပြု၍ ဒုလ္လဘရဟန်းခံပွဲကို နှစ်စဉ်ကျင်းပ လာခဲ့ရာ ယခုနှစ် ၂၀၀၄ ခုနှစ်အထိ စုစုပေါင်း ၂၄ ကြိမ်ရှိခဲ့ကြောင်း မှတ်တမ်းတင်ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ရဟန်းခံပွဲများကို တစ်နှစ်ပြီးတစ်နှစ် နေရာ အပြောင်းအလဲနှင့် ကျင်းပလာခဲ့ရာ မှတ်မိသမျှ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများမှာ ချမ်းမြေ့ရိပ်သာ ကျောင်း၊ တောင်ပုလဆရာတော်၏ကျောင်း၊ လှိုင်မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာကျောင်း၊ သဒ္ဓမ ရံသီရိပ်သာကျောင်း စသည်ဖြင့် ဖြစ်ပါသည်။

ခရစ်နှစ် ၁၉၈၁ တွင်ပင် ဖြစ်ခဲ့ရသော ကမ္ဘာအေး ဆွမ်းလောင်းပွဲသည်လည်း အမှတ် တရတစ်ခုအဖြစ် ပါဝင်ပါသည်။ မြန်မာသက္က ရာဇ် (၁၃၄၃) ခုနှစ်၊ နယုန်လပြည့်နေ့တွင် ကျင်းပသော ပထမအကြိမ် ဂိုဏ်းပေါင်းစုံ သံဃာ့ အစည်းအဝေးပွဲကြီး၏ အထိမ်းအမှတ် ဆွမ်း လောင်းလှူပွဲတွင် သွား/ဆေးတက္ကသိုလ် ဗုဒ္ဓ ဘာသာအသင်းက ပါဝင်ခဲ့ပါသည်။ ထိုနေ့ ထို အချိန်မှစ၍ သံဃာအပါးစေအား ဆွမ်းလောင်း လှူခဲ့သည်မှာလည်း ယခုနှစ်တိုင်အောင် ဖြစ်ပါ သည်။

အခါအားလျော်စွာ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း၏ လုပ်အားပေးဆောင်ရွက်မှုများကလည်း ရှိပါ သေးသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းသည် ရွှေတိဂုံ ဘုရားကုန်းတော် သန့်ရှင်းရေးကိုလည်းကောင်း၊ ရွှေတိဂုံဘုရားရှိ ဘုရားဆင်းတုတော်များအား ရောင်တော်ဖွင့်ပေးခြင်းကိုလည်းကောင်း ၆ လ တစ်ကြိမ် ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ရွှေတိဂုံဘုရား၏ အနောက်ဘက်ခြမ်း မြေပြိုခဲ့စဉ် ပြန်လည်တည် ဆောက်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ၌ အပတ်စဉ်ကူညီ လုပ်အားပေးခဲ့ခြင်း၊ ရွှေတိဂုံဘုရား ရွှေသင်္ကန်း ရွှေပြားအတွက် အလှူငွေ ကောက်ခံရာ၌ ပါဝင် ခဲ့ခြင်း၊ မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာ သန့်ရှင်းရေး အား အပတ်စဉ်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ စွယ်တော်မြတ် စေတီ (ရန်ကုန်) တည်ဆောက်ရေးတွင် ၂ ပတ် တိတိ ပါဝင်လုပ်အားပေးခဲ့ခြင်းတို့သည် အသင်း ၏ မှတ်တမ်းတင်ဖွယ် ဆောင်ရွက်လှုပ်ရှားမှုများ ပင်ဖြစ်ပါသည်။

ခရစ်နှစ် (၁၉၈၃) ခုနှစ်မှစ၍ ဝါတွင်းသုံးလ ပတ်လုံး အသင်းအနေဖြင့် ဝတ်ရွတ်ခြင်းကို စဉ်ဆက်မပြတ် ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ အသင်း ကြီးသည် တက္ကသိုလ်များ ဝတ်ရွတ်ပြိုင်ပွဲများ တွင်လည်း ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့် တူယှဉ်တွဲဖြစ်လာရသော အကြောင်းအရာများ မှာလည်း ထိုက်ထိုက်တန်တန်ဆုများ ဆွတ်ခူး ရရှိလာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

တဖန် ၁၉၉၀ ခုနှစ်မှစ၍ ဗုဒ္ဓဘာသာ

ထွန်းကားပြန့်ပွားရေး စာပေဟောပြောပွဲများကို သွား/ဆေးတက္ကသိုလ် ဗုဒ္ဓ ဘာသာအသင်းမှ အပတ်စဉ် အပတ်တိုင်း ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ ထိုစာပေ ဟောပြောပွဲများတွင် ဦးဆောင်ဦးရွက်ပြုခဲ့သူပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ပါမောက္ခ ဒေါက် တာဦးချစ်ဦး (သွားရောဂါကု ဆေးပညာဌာန)၊ ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးခင်မောင်လတ် (သွားတုဆေးပညာဌာန၊ ကွယ်လွန်)တို့ ဖြစ်ပါသည်။

၁၉၈၄ ခုနှစ်တွင် ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း၏ ထင်ရှားသော လှုပ်ရှားမှု တစ်ရပ်မှာ ထိုနှစ် (၁၉၈၄)၊ မတ်လတွင် ကျရောက်သော တက္ကသိုလ်များဗဟို ဓမ္မာရုံ နှစ် (၅၀)ပြည့် ရွှေရတုသဘင်ကျင်းပရေးကဏ္ဍတွင် အထင်ကရ အဓိကကျသောနေရာတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထိုစဉ်က ကျန်းမာရေးဗဟိုကော်မတီ ဝတ်ရွတ်ပွဲ၊ အခမ်းအနား ပြင်ဆင်ရေးနှင့် ဝေယျာ ဝစ္စစသည့် ကော်မတီတို့တွင် ဤတက္ကသိုလ်မှ ဆရာ၊ ဆရာမများ၊ ကျောင်း သား/ကျောင်းသူများက ကော်မတီဝင်များအဖြစ် တက်ကြွစွာ ပါဝင်လှုပ်ရှား ခဲ့သည်မှာ တက္ကသိုလ်များ (ဗဟို) ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းကြီး၏ သမိုင်းမှတ် ကျောက်တင်စရာ ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။

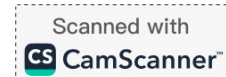
တက္ကသိုလ်များ (ဗဟို) ဓမ္မာရုံကြီး၏ နှစ်စဉ် ဝါဆိုသင်္ကန်းကပ်လှူပွဲနှင့် ကထိန်သင်္ကန်းကပ်လှူပွဲ၊ သက်ကြီး ပူဇော်ပွဲများ၊ ဝါတွင်းသီလပေးပွဲတွင် လည်း ဤတက္ကသိုလ်သည် အများနည်းတူ ပါဝင်လှုပ်ရှားလျက်ရှိနေပါ သည်။ တက္ကသိုလ်များ (ဗဟို) ဓမ္မာရုံတွင် ကျင်းပပြုလုပ်သော အဘိဓမ္မာ သင်တန်းများ၊ ဝါတွင်းအပတ်စဉ် တရားပွဲများနှင့် တရားဆွေးနွေးပွဲများတွင် ဤတက္ကသိုလ်မှ ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် နိစ္စပတ်မပျက် ပါဝင်လှုပ်ရှားလျက် ရှိနေပေသည်။

မည်သည့် တက္ကသိုလ်ကျောင်းတွင်မှ မပေါ်ခဲ့၊ မရှိခဲ့ဖူးသော အကြောင်း ခြင်းရာတစ်ခုကား သွား/ဆေးတက္ကသိုလ်၏ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းမှ ၁၉၉၁ ခုတွင် စတင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ အောက်တိုဘာလ ၅ ရက်နေ့တွင် ကျရောက်သော ကမ္ဘာဆရာများနေ့ အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် မိမိတို့၏ ကျေးဇူးရှင် ဆရာသမားများ၏ ကျေးဇူးကို အာရုံပြု၍ ဒါနဥပပါရမီ၊ ဒါနပရမတ္တပါရမီ သွေးလှူဒါန်းခဲ့သည်မှာလည်း (၁၃) နှစ်တိတိ ယခုနှစ်ထိတိုင် ဖြစ်ပါသည်။ ခရစ်နှစ် ၁၉၉၄ တွင် ပထမအကြိမ်၊ ၁၉၉၆ တွင် ဒုတိယအကြိမ် မြန်မာ နိုင်ငံအား စွယ်တော်မြတ်ကြွလာခဲ့စဉ်က ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းမှ ကြီးမှူးဦး ဆောင်၍ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ အများအပြားသွား၍ ဖူးမြော်ခဲ့ကြပြီး လှူဒါန်းမှုများကို ပြုလုပ်ခဲ့ကြပါသည်။

အချုပ်အားဖြင့်ဆိုရသော် ကျွန်တော်တို့၏ သွား/ဆေး တက္ကသိုလ် ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း၏ စွမ်းဆောင်မှု၊ ဆောင်ရွက်ချက်များသည် ကျွန်တော်တို့ သွား/ဆေးတက္ကသိုလ်ရှိ ကျောင်းသားဦးရေပမာဏအတွက်ကြောင့် ‘နောက် ကျနေခဲ့ရပါသည်’ ဟု မရှိခဲ့ပါ။ ကျောင်းသားဦးရေပမာဏ ဘယ်၍ဘယ်မျှ ဟု ပြော၍ မရလောက်အောင် နည်း၍၊ ဗုဒ္ဓဘာသာရေးဆောင်ရွက်မှုမှာကား မိမိတို့ ကျောင်းသားဦးရေထက် သာလွန်သော အခြားတက္ကသိုလ်ကျောင်း များနှင့် ရင်ဘောင်တန်းနိုင်အောင်ထိ ဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့ပါသည်။ ထိုသို့ စွမ်း ဆောင်နိုင်သော သွား/ဆေးတက္ကသိုလ်ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းအား ယခုနှစ် ၄၀ မြောက် ပတ္တမြားရတုမဂ္ဂဇင်းမှတစ်ဆင့် ဂုဏ်ပြုမှတ်တမ်းတင်အပ်ပါသည်။

‘ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာ၊ ရောင်ဝါနေထက် လင်းစေသော်’

ဒေါက်တာစိန်ရွှေ



ကျွမ်းကျင်ဆရာ ပညာမှာ

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်မှ
 သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ဟူ၍
 B.D.S (Bachelor of Dental Surgery)
 ဘွဲ့ရခဲ့ပြီး နောက်ပိုင်းတွင် သွားဘက်ဆိုင်ရာ
 ဆရာဝန်များအနေဖြင့် မိမိတို့၏ သက်ဆိုင်ရာ
 အထူးကုဘာသာရပ်များတွင် နိုင်ငံတကာနှင့်
 ရင်ပေါင်တန်းနိုင်ရန်အတွက်
 ဆက်လက်ပညာဆည်းပူးရန် လိုအပ်လာပါသည်။
 ထို့အတွက် မြန်မာသွားဘက်ဆိုင်ရာ
 ဆရာဝန်များအနေဖြင့် အခါအခွင့်သင့်သလို
 နိုင်ငံရပ်ခြားမှ ပို့ချသည့်သင်တန်းများဖြစ်သော
 ပါရဂူဘွဲ့၊ မဟာသိပ္ပံဘွဲ့နှင့်
 အခြားသောသင်တန်းများသို့
 သွားရောက်လေ့လာဆည်းပူးခဲ့ကြရပါသည်။
 ထို့အပြင် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊
 ရန်ကုန်အနေဖြင့်လည်း ၁၉၉၂ ခုနှစ်မှစ၍
 သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာမဟာသိပ္ပံဘွဲ့
 (M.D.Sc) သင်တန်းများ
 ဖွင့်လှစ်ပို့ချနိုင်ခဲ့ပါသည်။ သို့အတွက်လည်း
 မြန်မာနိုင်ငံ သွားဘက်ဆိုင်ရာ
 ဆေးပညာလောကအတွက်
 ကျွမ်းကျင်သွားဘက်ဆိုင်ရာ အထူးကုဆရာဝန်များ
 များစွာပေါ်ထွက်ပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ၂၀၀၂ခုနှစ်မှစ၍
 သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာဘာသာရပ်အတွက်
 ပါရဂူဘွဲ့ (Dr.D.Sc) သင်တန်းများကိုလည်း
 ပြည်တွင်း၌ပင် စတင်ပို့ချနေပြီ ဖြစ်သည်။
 သို့ဖြစ်ပါ၍
 ဤမဂ္ဂဇင်းအယ်ဒီတာအဖွဲ့သည်
 သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်မှ
 အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများအား တွေ့ဆုံမေးမြန်း၍
 အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများ၏
 စကားလက်ဆောင်များကို
 ‘ကျွမ်းကျင်ဆရာ ပညာမှာ’ ကဏ္ဍမှ
 ဖော်ပြလိုက်ရပါသည်။



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးကိုကိုမောင်

B.D.S (M.D.Sc) (Ygn)

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး။

မေးရိုးနှင့် ခံတွင်းခွဲစိတ်ကုပညာဌာန။

၁။ ဆရာဘွဲ့ရခဲ့တဲ့ ဖြစ်စဉ်လေးတွေ သိပါရစေ။

၁၉၇၁ - B.D.S

၁၉၈၃ - D.A (Diploma in Anaesthesia)

၁၉၉၄ - M.D.Sc

၂။ ‘မေးရိုးနှင့်ခံတွင်း ခွဲစိတ်ကုပညာဌာန’ အနေနဲ့ ဘာတွေ လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်ပေးရပါသလဲ။

- မျက်နှာ၊ မေးရိုးနှင့် နှာခေါင်းတို့တွင် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရကြသော လူနာများအား ခွဲစိတ်ကုသခြင်း။
- မေးရိုးနှင့်ခံတွင်း ရောဂါများအား ခွဲစိတ်ကုသခြင်း။
- နှုတ်ခမ်းကွဲ၊ အာခေါင်ကွဲလူနာများအား ခွဲစိတ်ပြုပြင်ပေးခြင်း။
- ခံတွင်းကင်ဆာရောဂါများအား ခွဲစိတ်ကုသခြင်း။
- အဆုံးမထွက်နိုင်ခြင်း အပါအဝင်၊ နုတ်ရန် လိုအပ်သော သွားများကို ခွဲစိတ်ကုသခြင်း။
- မျက်နှာယောင်ခြင်း၊ ပါးယောင်ခြင်းနှင့် ပိုးဝင်ခြင်း ရောဂါများအား ကုသပေးခြင်း။

၃။ ခံတွင်းကင်ဆာရောဂါနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဆရာပြောချင်တာလေးတွေ သိပါရစေ။

ပါးစောင်၊ လျှာ၊ သွားဖုံးနှင့် နှုတ်ခမ်းတို့တွင် (၃) ပတ်ထက်ကြာ၍ တာရှည်စွာ အနာဖြစ်နေလျှင် စောလျင်စွာ ပြသကုသရန် လိုအပ်။ ဆေးမီးတိုနှင့် ကုသခြင်း၊ မကျွမ်းကျင်သူများဖြင့် ကုသခြင်း လုံးဝရှောင်ရှားရန်။ ဆေးလိပ်၊ အရက်၊ ကွမ်းစားခြင်းကို မည်သည့်ခြင်းချက်နှင့်မျှ လုံးဝမပြုလုပ်ရန်။

၎င်းအလေ့အကျင့်များ ကမ္ဘာပေါ်မှ ပျောက်ကွယ်သွားအောင် လူသားတိုင်းမှ ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ရန်။

ကင်ဆာရောဂါအား ဓာတ်ရောင်ခြည်ဖြင့် ကုသခြင်းကို အဓိပ္ပာယ်မဲ့ ကြောက်ရွံ့ခြင်းမဖြစ်ရန် လိုအပ်။

၄။ သဘာဝသွားကို ထိန်းသိမ်းတဲ့ နည်းစနစ်တွေ ဘယ်လိုပဲ တိုးတက်နေပေမယ့် နုတ်ရမယ့်သွားကတော့ ရှိနေပါတယ်။ ဒီတော့ သွားနုတ်တာနဲ့ပတ်သတ်ပြီး ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်များ ပြောပြပေးပါလား ခင်ဗျာ။
နုတ်သင့်သော သွားကို နုတ်ခြင်းသည် ကောင်းကျိုးဖြစ်ထွန်းရန်အတွက်သာ ဖြစ်ပါသည်။

အံ့ဆုံးများကို လွယ်လင့်တကူနုတ်၍ ရနိုင်သည်များရှိသလို ခဲရာခဲဆစ် ဆေးရုံတက် မေ့ဆေးဖြင့် ခွဲစိတ်နုတ်မှ ရနိုင်မည့် အခြေအနေများကို သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်တိုင်းနှင့် လူနာများကိုယ်တိုင် သိရှိနားလည်ထားရန် လိုသည်။

ခန္ဓာကိုယ်၌ အခြားရောဂါဝေဒနာများ ရှိပါက သွားနုတ်ခြင်းကြောင့် ဒုက္ခရောက်နိုင်ပါသည်။ ဒါ့ကြောင့် တတ်ကျွမ်းနားလည်သူများနှင့်သာ သွားနုတ်သင့်ပါသည်။

၅။ မေးရိုးနှင့်ခံတွင်းခွဲစိတ်ကုပညာအနေနဲ့ နောက်ဆုံး အဆင့်မြင့်ခွဲစိတ် ကုသခဲ့တဲ့ ထူးခြားခွဲစိတ်အောင်မြင်မှုများ ရှိခဲ့ရင် ပြောပြပေးပါဆရာ။

ရောဂါကြောင့် မေးရိုးများအား ဖြတ်တောက်ပစ်ရသည့်အခါတွင် အရိုးအစားထိုးခြင်း၊ (BONE GRAFT) ကို ပြုလုပ်နေပြီဖြစ်ကြောင်းနှင့် အရိုးအစားထိုးကုသရန် မဖြစ်နိုင်ပါက (RE-CONSTRUCTION PLATE) များနှင့် အစားထိုးကုသပေးနေပါပြီ။

ပါးစပ်ဖွင့်လျှင်၊ ပိတ်လျှင် အသံမြည်၍ နာကျင်သော ရောဂါများကို အရိုးအဆစ်ဖောက်၍ စစ်ဆေးခြင်း (TMJ ARTHROCENTESIS) နည်းဖြင့် ကုသပေးလျက်ရှိပါသည်။ ခံတွင်းကင်ဆာရောဂါများကို DISTANT MAPS, FREE FLAP များပြုလုပ်၍ အစားထိုးကုသပေးလျက်ရှိပါသည်။



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဦးပွင့်ဖူး

B.D.S (Ygn). M.Sc (Manch)

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး။

သွားရောဂါကုဆေးပညာဌာန။

၁။ ဆရာရဲ့ဘွဲ့ရဖြစ်စဉ်လေးတွေနဲ့ ထမ်းဆောင်နေတဲ့တာဝန်များကို သိချင်ပါတယ်။

B.D.S ဘွဲ့ကို သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်၊ ဆေးတက္ကသိုလ် (၁) ကနေ ၁၉၇၁ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်မှာရတယ်။ ဘွဲ့လွန်ကိုတော့ UK မှာရှိတဲ့ University of Manchester, Turner Dental School ကနေ ၁၉၈၁ ခုနှစ်မှာရတယ်။ လက်ရှိတာဝန်ထမ်းဆောင်နေတာကတော့ ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး၊ သွားရောဂါကုဆေးပညာဌာန၊ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ခြားတာဝန်များကတော့ မြန်မာနိုင်ငံ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်အသင်း (M.D.A) မှာ ပညာရပ်ဆိုင်ရာ အဖွဲ့ငယ်ရဲ့ ဥက္ကဋ္ဌ၊ တက္ကသိုလ်မှာ (Medical Education Unit) ရဲ့ ဥက္ကဋ္ဌ၊ IADR နဲ့ SEEADE ရဲ့ Myanmar Section မှာလည်း အတွင်းရေးမှူး ဖြစ်ပါတယ်။

၂။ ဆရာဌာနအနေနဲ့ ဘာတွေများ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပေးပါသလဲ။

သွားပိုးစားရောဂါကို ကုသပေးခြင်း၊ သွားမြစ်ဝှမ်းတွင်းကုသပေးခြင်းနဲ့ သွားအသေစိုက်ပေးခြင်းတို့ကို လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။

၃။ သွားဖာတဲ့အကြောင်း နည်းနည်းလောက် ပြောပြပေးပါ။

သွားဆိုတာ မပျက်စီးခင် ကာကွယ်တာ အကောင်းဆုံးပေါ့။ အဲဒါမှ ပိုးစားလို့ ပျက်စီးတယ်ဆိုရင်လည်း စောစောစီးစီး သတိပြုမိရင် သွားကို မဆုံးရှုံးစေဘဲ နဂိုမူလအတိုင်း အလှလည်းမပျက်၊ အလုပ်လည်း လုပ်နိုင်အောင် (Function ရော၊ Aesthetics ရောပေါ့) ပြုပြင်ယူလို့ရတယ်။

၄။ သွားဖာတဲ့အခါ အသုံးပြုတဲ့ ပစ္စည်းများ အကြောင်းကို ရှင်းပြပေးပါဦးဆရာ။

သွားဖာတဲ့အခါ သွားအရောင်နဲ့တူတဲ့ ပစ္စည်းရယ်၊ သွားအရောင်နဲ့မတူတဲ့ (Metallic တို့ Alloy တို့) ဆိုတာတွေရှိတယ်။ အရင်တုန်းက တော့ များသောအားဖြင့် နောက်သွားတွေမှာ Metallic ရှေ့သွားတွေမှာ သွားအရောင်အတိုင်း ဖာကြတယ်။ နောက်သွားတွေ ဖာတဲ့ပစ္စည်းတွေ မှာဆိုရင် Dental Silver Amalgam ခေါ်တဲ့ ငွေရောင်ရှိတဲ့ ပစ္စည်းရယ်၊ တစ်ချို့နိုင်ငံတွေမှာ သုံးတဲ့ Dental Gold Foil ဆိုတာရယ် ရှိတယ်။ အခုဆိုရင်တော့ လူတွေက အလှအပ ဦးစားပေး လာကြတော့ ရှေ့သွားဖြစ်ဖြစ်၊ နောက်သွားဖြစ် ဖြစ် ဖာထားမှန်း မသိအောင် ပြုပြင်ချင်လာ တယ်။ အရင်တုန်းကတော့ သွားရောင်နဲ့ တူတဲ့ ပစ္စည်းဟာ အံ့သွားတွေမှာ သုံးလို့မရဘူး။ ဝါးတဲ့ စားတဲ့ဒဏ်ကို မခံနိုင်ဘူး။ အခုတော့ သွားရောင်နဲ့ တူတဲ့ပစ္စည်းတွေဟာ အနောက်သွားတွေမှာ ဖာ နိုင်အောင် တီထွင်ဆန်းသစ်ထားကြပြီ။ အရင်က သုံးခဲ့တဲ့ Amalgam မှာ Mercury ပါလို့ ပြဒါး အဆိပ်ဖြစ်မှာ ကြောက်ပြီး လူနာတွေကိုယ်တိုင် သွားရောင်နဲ့တူတဲ့ ပစ္စည်းတွေသုံးဖို့ လိုလား လာကြပါပြီ။

၅။ ရောင်ခြည်နဲ့ဖာတယ်ဆိုတာကရော ဆရာ။

အရင်တုန်းကဆိုရင်တော့ သွားဖာတဲ့ပစ္စည်း တွေဟာ ပစ္စည်းနှစ်ခုပေါင်းစပ် ဓာတ်သဘာဝ ပြုပြီးတော့ ခဲပြီးမာသွားတဲ့ ပစ္စည်းတွေပေါ့။ အခုကျတော့ အလင်းရောင်ကို အသုံးပြုပြီး Free Radical Polymerization လို့ခေါ်တဲ့ အလင်း ရောင်နဲ့ ရောင်ခြည်သုံးပြီး ဖာတာ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီအလင်းတန်းကလည်း 440-480 nm အတွင်းမှာရှိတဲ့ လှိုင်းအလျားရှိတဲ့ ရောင်ခြည် ဖြစ်ရမယ်။

၆။ ခေတ်ပေါ် သွားမြစ်ဝှမ်းတွင်းကုသတဲ့ ဘာသာရပ်အကြောင်း ပြောပြပေးပါဦး ဆရာ။

အရင်ကဆိုရင် လူတွေက သွားကို အကြော

ထုတ်ရမယ်ဆိုတော့ ကြောက်ကြတယ်။ နုတ်ပဲ နုတ်ချင်ကြတယ်။ အခုကျတော့ သွားဘက်ဆိုင် ရာ ဗဟုသုတ ကြွယ်ဝလာတဲ့အတွက် သွားမြစ် ဝှမ်းတွင်း အကြောထုတ် ကုသပြီးမှ သွားကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းဖို့ ဆန္ဒရှိလာကြတယ်။ အရင်တုန်းကတော့ သွားအကြောထုတ်ဖို့ Manual နဲ့ပဲ လုပ်ကြတာ အခုဆို Rotary စက်နဲ့ ကုသမှု ပေးနေပြီ။ ပိုပြီးတော့လည်း အောင်မြင်တယ်။ ပိုပြီးတော့လည်း သေချာတယ်။ တိကျတယ်။ အချိန်လည်း တိုတယ်။ တစ်ချို့နိုင်ငံတွေမှာဆိုရင် အကြောထုတ်တာကို တစ်ခြား ခွဲစိတ်မှုတွေမှာ သုံးတဲ့ Powerful Microscope ကို အသုံးပြုပြီး ကုသပေးနေကြတဲ့အတွက် ပို၍အောင်မြင်နေကြ ပါပြီ။

၇။ သွားစိုက်တာနဲ့ ပတ်သက်လို့လည်း သိချင် ပါသေးတယ် ဆရာ။

သွားကို မဖြစ်မနေ နုတ်ရပြီဆိုရင် စောစော စီးစီး ပြန်စိုက်ဖို့ ကောင်းတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ နုတ်လိုက်တဲ့သွားဘေးက သွားတွေက ယိုင်လာမယ်။ အပေါ်သွားက ရှည်ကျလာမယ်။ အစာ ညပ်မယ်၊ ပိုးစားမယ်။ ဒါကြောင့် စိုက်သင့် တဲ့အချိန်မှာ သွားပြန်စိုက်ရမယ်။ သွားပြန်စိုက် တဲ့အခါမှာလည်း သွားရောင်နဲ့တူတဲ့ Porcelain (ကြွေသွား) ရယ်။ နောက် Metal, Alloy သတ္တု စပ်ပေါ့။ ဘယ်ဟာနဲ့ စိုက်မယ်ဆိုတာကတော့ ဆရာဝန်ရဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ရယ်။ လူနာရဲ့ ရွေး ချယ်မှုရယ်ပေါ့ မူတည်တာပေါ့။

၈။ ဒီစာမျက်နှာကနေ ဆရာပြောချင်တာလေး တွေရှိရင် -

ပြည်သူလူထုအနေနဲ့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဗဟုသုတ တိုးပွားအောင် လေ့လာထားကြသင့် တယ်။ တိုးတက်နေတဲ့ ခေတ်ကြီးထဲကို တိုးဝင် နေကြတဲ့ သွားဆရာဝန်တိုင်း စဉ်ဆက်မပြတ် ဆေးပညာသင်ကြားရေး (Continueal Medical Education) လုပ်သင့်တယ်။ ဒီလိုမှသာ ခေတ်နဲ့ အညီ ရင်ဘောင်တန်းပြီး ပြည်သူလူထုရဲ့ ကျန်း မာရေးကို မြှင့်တင်နိုင်ပါလိမ့်မယ်။



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးသိန်းထွဋ်
 B.D.S. (Ygn), M.Sc. (Manch.), F.I.C.D.
 ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး
 သွားကျန်းမာရေးပညာဌာန။

၁။ ဆရာအခုထမ်းဆောင်နေတဲ့ တာဝန်များကို သိပါရစေ။

လက်ရှိအစိုးရတာဝန်ကတော့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်။ သွားကျန်းမာရေးပညာဌာနမှာ ပါမောက္ခဌာနမှူးတာဝန် ထမ်းဆောင်နေပါတယ်။ ဒါ့အပြင် မြန်မာနိုင်ငံ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးလောက ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေဖို့အတွက် ဖွဲ့စည်းထားတဲ့ မြန်မာနိုင်ငံ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်အသင်းမှာလည်း ဆရာ ဒု-ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေပါတယ်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပဲ မြန်မာနိုင်ငံ သွားနှင့် ခံတွင်းဆေးကောင်စီမှာလည်း ကောင်စီဝင်အဖြစ် တာဝန်ယူထားပါတယ်။

၂။ အခုလို တာဝန်တွေ ထမ်းဆောင်နိုင်အောင် ဆရာဖြတ်သန်းခဲ့ရတဲ့ ပညာသင်အတွေ့အကြုံလေးတွေ ပြောပြပေးပါ။

ဆရာက ၁၉၆၆ ခုနှစ်မှာ အ.ထ.က (၁)၊ ဒဂုံကနေ (၁၀)တန်း အောင်တယ်။ ပြီးတော့ ၁၉၆၆ ကနေ ၁၉၇၂ ခုနှစ်အတွင်း သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်မှာ B.D.S ဘွဲ့ရတဲ့အထိ ပညာ ဆည်းပူးခဲ့တယ်။ ၁၉၇၃ မှာ အလုပ်သင်ဆရာဝန်တာဝန်များ ထမ်းဆောင် ပြီးစီးတယ်။ ၁၉၇၅ ခုနှစ် မေလမှာ စပြီး သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်မှာ သရုပ်ပြအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့တယ်။ ၁၉၈၇ ကနေ ၁၉၈၉ အထိ အင်္ဂလန်နိုင်ငံ Manchester တက္ကသိုလ်မှာ M.Sc ဘွဲ့အတွက် ဆည်းပူးခဲ့ပါတယ်။ ဆရာ လုပ်သက်ကတော့ အခုဆို ၂၉ နှစ်ကျော်ပြီပေါ့။

၃။ ဆရာ အထူးကုဘာသာရပ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး ခေတ်မီကုထုံးများအကြောင်း

ရှင်းပြပေးပါ ခင်ဗျာ။

ဆရာ ဘာသာနဲ့ပတ်သက်လို့ကတော့ (Periodontology) ခေါ်တဲ့ သွားမြစ်ဝန်းကျင် ရောဂါနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ကုသမှုနည်းပညာတွေကို ဆရာတို့က နိုင်ငံတကာအဆင့်နဲ့ အမီလိုက်နိုင်အောင် ဆရာကိုယ်တိုင်လည်း ဆည်းပူးတယ်။ နိုင်ငံခြားမှာလည်း နှီးနှောဖလှယ်ပွဲတွေ၊ သင်တန်းတွေ သွားတက်ခဲ့ရတယ်။ ပြီးတော့ ဆရာရဲ့ ရရှိခဲ့တဲ့ အတွေ့အကြုံများကိုလည်း ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသာမက မြန်မာနိုင်ငံ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်အသင်းဝင် သွားဆရာဝန်များကိုလည်း အခါအားလျော်စွာ ပြန်လည်ပို့ချပေးခဲ့ပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံမှာက သွားဖုံးနဲ့ သွားမြစ်ဝန်း ကျင်ရောဂါဖြစ်နှုန်းက ၈၀ ရာခိုင်နှုန်း အထိရှိတော့ ဒီဖြစ်နေတဲ့ရောဂါ ပပျောက်သွားအောင် ကုသဖို့ကတော့ အင်မတန်မှ ကြီးလေးတဲ့ တာဝန်ပါ။ သိတဲ့အတိုင်းပဲ ဒီရောဂါဖြစ်ပွားနှုန်းဟာ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေး အသိပညာနည်းပါးမှုက အရင်းခံနေတော့ အရေးကြီးဆုံးအချက်က ဒီရောဂါရဲ့ အရေးကြီးပုံ၊ ဘယ်လိုကာကွယ်ရမယ်ဆိုတာ ပြည်သူလူထုကြားမှာ ထိထိရောက်ရောက် ပညာပေးဖို့ အဆင့်တွေ အများကြီး လိုပါတယ်။ နောက်ဆုံးပေါ်ကုနည်းတွေကလည်း အများကြီး ရှိနေပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒါက နောက်မှစဉ်းစားရမယ့် ဒုတိယ ဦးစားပေးပါ။ လူတွေကို သွားနဲ့ခံတွင်း ကျန်းမာရေး အသိပညာပေးနိုင်ဖို့က နံပါတ်တစ် အရေးအကြီးဆုံးပါပဲ။

၄။ သွားဖုံးရောဂါ ဘာကြောင့်ဖြစ်ရတယ်၊ ဘယ်လို ရှောင်ရမယ်ဆိုတာ နည်းနည်းလောက် ရှင်းပြပေးပါ။

ဆရာကလည်း သွားဖုံးရောဂါနဲ့ ပတ်သက်လို့ အမြဲပြောနေပါတယ်။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ လူတိုင်းလူတိုင်း၊ မလွဲမသွေဖြစ်ဖူးတဲ့ ရောဂါထဲမှာ သွားဖုံးရောဂါလည်း ပါပါတယ်။ ဘာကြောင့် ဒီလောက်အဖြစ်များသလဲဆိုတော့

ကျမ်းကျင်ဆရာ ပညာမှာ

ရောဂါဆိုတာသိရင် ကာကွယ်ရတာ အလွယ်ဆုံး၊ မသိတော့လည်း မသိတဲ့အလျှောက် ဆိုးဆိုးပြီး ဖြစ်လာတာပေါ့။ အဓိက သွားဖုံးရောဂါရဲ့ အကြောင်းရင်းကတော့ ခံတွင်းမသန့်ရှင်းတာက နေ အခြေခံပါတယ်။ အဲဒီတော့ ခံတွင်းကို သန့်ရှင်းအောင် လုပ်ဖို့ဆိုတာ လွယ်ပါတယ်။ စနစ်မှန် သွားတိုက်နည်းကို မှန်ကန်တဲ့ သွားပွတ်တံ၊ သွားတိုက်ဆေးတွေနဲ့ အသုံးပြုမယ်ဆိုရင် သွားဖုံးရောဂါကို လွယ်ကူစွာ ကာကွယ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် အဲဒါကိုသိဖို့ ပညာပေးအဆင့်တွေဟာ အင်မတန်မှ ကြီးမားတဲ့တာဝန်လို့ ဆရာယူဆပါတယ်။

၅။ ဒီစာမျက်နှာကနေ ပြည်သူလူထုကို ဆရာဘာများ ပြောပြချင်ပါသလဲ။

ပြည်သူလူထုကို ဆရာအဓိကပြောချင်တာကတော့ အရင်တုန်းကတော့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ဆိုတာ သွားရောဂါကိုပဲ ကုတယ်လို့ လူထုက မြင်ကြပါတယ်။ အမှန်တော့ ဆရာတို့က သွားနဲ့ခံတွင်းရောဂါကို ခံစားနေရတဲ့ လူနာတွေကို ကုသတဲ့ ဆရာဝန်တစ်မျိုးပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ နောက်တစ်ချက်က သွားနဲ့ခံတွင်း ကျန်းမာရေးဟာ အထွေထွေကျန်းမာရေးနဲ့ ဆက်စပ်နေတယ်ဆိုတာ ဒါလေးတွေလည်း သိဖို့အရေးကြီးပါတယ်။ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေး မကောင်းရင် အထွေထွေ ကျန်းမာရေး အခြေအနေဟာလည်း ကောင်းဖို့အခြေအနေ အင်မတန်နည်းပါတယ်။ အဲဒါကို ဆရာအတိအကျ ပြောချင်ပါတယ်။ အထွေထွေကျန်းမာရေး (General Health) ပေါ့နော်။ အဲဒါနဲ့ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေး (Oral Health) ဟာ လုံးဝဆက်စပ်နေပါတယ်ဆိုတာ ဆရာ ထပ်လောင်း ပြောချင်ပါတယ်။



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးမျိုးဝင်း

B.D.S. (Ygn), M.Sc. (Lond.), M.Phil. (Lond.)

ပါမောက္ခ၊ ဌာနမှူး။

ကလေးသွားကျန်းမာရေးနှင့် သွားညှိကုပညာဌာန။

၁။ ဆရာလက်ရှိ ထမ်းဆောင်နေတဲ့တာဝန်လေးတွေ ပြောပြပေးပါ။

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် (ရန်ကုန်)တွင် ကလေးသွားကျန်းမာရေးနှင့် သွားညှိကုပညာပါမောက္ခအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်လျက်ရှိပါသည်။ ဒီဘာသာရပ်နှစ်ခုစလုံးရဲ့ ဘွဲ့ကြို၊ ဘွဲ့လွန် သင်ကြားရေးနှင့် စာမေးပွဲစစ်ဆေးရေးတာဝန်များ၊ အုပ်ချုပ်ရေးတာဝန်များကို ထမ်းဆောင်လျက်ရှိပါတယ်။

၂။ ဆရာ ဖြတ်သန်းခဲ့ရတဲ့ ပညာသင်ဘဝအတွေ့အကြုံလေးတွေ သိချင်ပါတယ်။

၁၉၇၇ ခုနှစ်မှာ နောက်ဆုံးနှစ် B.D.S. စာမေးပွဲ အောင်မြင်ခဲ့ပြီး ၁၉၇၈ ခုနှစ်မှာ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် (ရန်ကုန်) ပထမဦးဆုံး ဘွဲ့နှင့် သဘင်မှာ ဘွဲ့ယူခဲ့ပါတယ်။

၁၉၈၈ ခုနှစ်မှာ UNIVERSITY OF LONDON U.K မှ M.Sc (CHILDREN'S DENTISTRY) ဘွဲ့ကိုရခဲ့ပြီးနောက် CARIES RESEARCH ဖြင့် M.Phil - RESEARCH DEGREE BY THESIS ကို ၎င်းတက္ကသိုလ်မှပင် ရရှိခဲ့ပါတယ်။

၃။ ကလေးတွေကိုကုသပေးရတာ လူကြီးတွေကို ကုသရတာနဲ့ တူမှာ မဟုတ်ဘူးလို့ ထင်ပါတယ်ဆရာ။ အဲဒီတော့ ကလေးတွေကို ကုသတဲ့ နေရာမှာ အဆင်ပြေအောင် ဆရာ ဘယ်လိုလမ်းညွှန်ပေးပါမလဲ။

ကလေးတွေကို ကုသမှုပေးရတာ လူကြီးတွေကို ကုသရတာနဲ့ လုံးဝမတူဘဲ များစွာ ခြားနားပါတယ်။ တစ်ခါတလေမှာ ကလေးတွေကို ကုသရတာ သူတို့ ပြောတာလေးတွေ နားထောင်ရတာ ပျော်စရာဖြစ်ပေမယ့် အများစုတွေကြုံရတာတော့ နာမှလာပြကြတဲ့အတွက် နာနေတဲ့ ကလေးတွေရဲ့ စိတ်အခြေအနေအရ လွန်စွာ ကုသရ ခက်ခဲပါတယ်။ တစ်ခါတလေ လုံးဝ MANAGE လုပ်၍မရသည့်အထိ ဆိုးပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် အထူးပြောလိုတာက PREVENTION သိပ်အရေးကြီးပါတယ်။ BASIC CONCEPT ကို က ပြောင်းဖို့လိုပါတယ်။ ဆရာပြောလေ့ရှိတဲ့ တစ်ချိန်က အယူအဆဟောင်းများဖြစ်တဲ့

- ကလေးသွားများသည် ပထမအကြိမ် ပေါက်သောသွားများ ဖြစ်သည်။
- လူကြီးသွားများသည် အများကြီး ထပ် ပေါက်လိမ့်ဦးမည်။
- ကလေးသွားများ မကောင်းလျှင် မထားနဲ့၊ နုတ်ပစ်လိုက်၊ နောင်သွားများသာ ကောင်းအောင်လုပ်ကြဆိုတာတွေကို စွန့်လွှတ်ပြီး PRENATAL DENTAL COUNSELLING ရဲ့ အရေးပါပုံကို မိခင်လောင်းများကစလို့ ပညာပေးဖို့လိုပါတယ်။

ကလေးများကို ကုသရအဆင်ပြေဖို့ကတော့ REGULAR DENTAL CHECK UP အရေးအကြီးဆုံးပါပဲ။ ဒါဆိုရင်နာမှလာတဲ့ ပြဿနာ မရှိတော့လို့ ကုသရ မခက်တော့ဘူးပေါ့။

၄။ ကလေးသွားကျန်းမာရေးနဲ့ပတ်သက်လို့ ပြည်သူလူထုကို ဘာများ ပညာပေး ပြောပြချင်ပါသလဲဆရာ။

ကလေးသွားကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်၍ မိဘပြည်သူများကို ပြောပြချင်တာကတော့ - ကလေးသွားဆိုတဲ့အတိုင်း ပထမဦးဆုံး ပေါက်တယ်။ ကလေးဘဝသာ သွားမကောင်းခဲ့ရင် လူကြီးဘဝမှာလည်း သွားမကောင်းနိုင်ဘူးပေါ့။ လူကြီးသွားဖြစ်လာရင်တော့ အစားထိုး

ပြန်မလာတော့ဘူး။ သွားထပ်တာ မညီတာတွေ ဖြစ်လာတယ်။ ဒီတော့ သွားတုတွေ ဝင်လာမယ်။ ဒီတော့ ကလေးသွားလည်း အရေးကြီးတယ်။ ကလေးဘဝထဲက အစားအသောက် အလေ့အထကို ပြင်ဆင်သင့်တယ်။ တချို့က အချို့တွေ၊ စီးကပ်တဲ့ အစာတွေ လိုတာထက်ပို စားနေတယ်။ စားမယ်ဆိုရင် နေ့လယ်ကို စားရမယ်။ ဒါတွေ လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပေးရမယ်။ ကလေးသွား ကျန်းမာရေးဆရာဝန်ဟာ သွားနုတ်တာ၊ သွားဖာတာ တင်မဟုတ်ဘဲ ပါးစပ်ထဲမှာ ပေါက်တဲ့ပုံစံ မမှန်တာ၊ သွားတွေညီညာမှု မရှိတာတွေကို ကြိုတင်တွေ့ရှိနိုင်တာကို စောစောမှန်မှန်လုပ်သင့်တယ်။

နိုင်ငံခြားကလူတွေနဲ့ ဒီကလူတွေ ကွာခြားတာ ရှိတယ်။ ဟိုမှာက ပုံမှန်စစ်ဆေးခံယူမှု ရှိတယ်။ သွားပိုးစား မရှိပေမယ့်လည်း တိုင်ပင်သင့်တယ် ဆိုတဲ့ အသိတရား ရှိတယ်။ ဒီလိုရှိတဲ့အတွက် ကလေးတွေကို မနာကျင်ဘဲ ကုသပေးနိုင်တယ်။ ကလေးတွေကို ဖလူအိုရိုက် (Fluoride) သုတ်ပေးနိုင်တယ်။ ဒီအချက်တွေက အနာဂတ်သွားပိုးစားကို ကာကွယ်နိုင်တယ်။ သာမန်အားဖြင့် ကလေးတစ်ယောက်ဟာ သွားဆရာဝန်ဆီကို နိုင်ငံတကာ အရ (၃) နှစ်ဆို သွားပြသင့်တယ်။ မြန်မာပြည်မှာတော့ ဒီအသက်မှာ ကျရင်တော့ သွားတွေဟာ ပိုးစားပြီးဖြစ်နေတယ်။ နိုင်ငံခြားနဲ့ မကိုက်ညီဘူး ဖြစ်နေတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ကလေးရဲ့မိခင် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်ကတည်းက ကလေးတွေအကြောင်း နားလည်ထားသင့်တယ်။ ကလေးကိုလည်း မွေးပြီး ကတည်းက ခံတွင်းသန့်စင်မှု လုပ်ရမယ်။ မိခင်က လိုက်နာမှ ကလေး တစ်ယောက်ပြသင့်တဲ့အချိန်ဟာ (၃) နှစ်ဆိုတာ မှန်မယ်ပေါ့။ ကလေးတစ်ယောက်အတွက်ကတော့ တစ်လတစ်ခါလည်း ဖြစ်နိုင်တာပဲ။ ခံတွင်းသန့်စင်မှု လုပ်ရမယ်။ လူကြီးတစ်ဦးဦး (၂၀ မှာ - မိခင်) ကိုယ်တိုင်က ကလေးများကို ဂရုတစိုက်နဲ့ သွားတိုက်တဲ့အလေ့အထကို ထူထောင်ပေးရမယ်။

၅။ ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများနဲ့ ဘွဲ့ရပြီးဆရာဝန်များကို ဆရာ ပြောပြချင်တာတွေများ ရှိခဲ့ရင် သိပါရစေခင်ဗျာ။

ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများနဲ့ ဘွဲ့ရပြီးဆရာဝန်များကို ဆရာ ပြောချင်တာကတော့ တိုးတက်တဲ့နိုင်ငံများမှာ ကလေးသွားကျန်းမာရေးရဲ့ CONCEPT ပြောင်းခဲ့ပြီ။ PAEDIATRIC DENTISTRY, TOTAL PATIENT CARE ဆိုတာ စာလုံးအနည်းငယ်မှသာဖြစ်ပေမယ့် ပေါ့ပေါ့တန်တန် မယူဆသင့်ပါ။ ကလေးရဲ့သွားပြဿနာကို ဖြေရှင်းရုံသာမကဘဲ ဒီကလေးရဲ့ PSYCHOLOGICAL MANAGEMENT ပါ ပါတဲ့အတွက် အထူးသတိပြုဖို့ လိုပါတယ်လို့ ပြောချင်ပါတယ်။ မိဘတွေရဲ့ CO-OPERATION မရရင် အောင်မြင်မှာမဟုတ်တဲ့အတွက် မိဘကို TARGET ထားပြီး မိမိတို့ နိုင်ငံရဲ့ အနာဂတ်မျိုးဆက်သစ်များ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးကို ဝိုင်းဝန်း ကူညီထမ်းဆောင်ကြပါလို့ တိုက်တွန်းလိုပါတယ်။



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးသိန်းကြူ
B.D.S. (Ygn), M.D.Sc. (Ygn), F.I.C.D.
Cert. in Adv. Prothodontics & Geriatric
Dentistry (TOKYO)
ပါမောက္ခ/ ဌာနမှူး၊ သွားတုဆေးပညာဌာန။

၁။ ဆရာ အခုထမ်းဆောင်နေတဲ့ တာဝန်များနှင့် ပညာသင်ဘဝ ဖြစ်စဉ်များကို သိပါရစေ။

အခုလက်ရှိ သွားတုဆေးပညာဌာနမှာ ပါမောက္ခ/ ဌာနမှူးအဖြစ် ၂၀၀၀ ခုနှစ်ကစပြီး တာဝန်ထမ်းဆောင်နေပါတယ်။ အခြေခံပညာအဆင့်မှာတော့ အ.ထ.က (၂) အလို၊ အ.ထ.က (၆) အလိုတို့မှာ သင်ယူခဲ့ပြီး ဘီဒီအက်စ်ဘွဲ့ကို ၁၉၇၉ ခုနှစ်မှာ ရရှိပါတယ်။ ၁၉၉၄ခုနှစ်မှာ M.D.Sc. (1st batch) ကို ရရှိပါတယ်။ ၁၉၉၅-၉၆ ခုနှစ်တွေမှာ Tokyo Medical & Dental University ကို အဆင့်မြင့် သွားတုဆေးပညာနဲ့ သက်ကြီးရွယ်အို သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာတို့အတွက် ပညာသင်သွားရောက်ခဲ့ပါတယ်။ ၁၉၉၉၊ ၂၀၀၁နဲ့ ၂၀၀၃ ခုနှစ်များမှာတော့ စင်္ကာပူ၊ ဂျပန် စတဲ့နိုင်ငံတို့မှာ ရက်တိုသင်တန်း၊ လုပ်ငန်းခွင်ဆွေးနွေးပွဲများ စသည်ဖြင့် သွားရောက်ပြီး ဆက်လက်လေ့လာခဲ့ပါတယ်။ ယခုတော့ ပါရဂူဘွဲ့အတွက် ကျမ်းပြုဖို့ ကြိုးစားနေပါတယ်။ တခြားတာဝန်များအနေနဲ့ International Association for Dental Research, Myanmar Sectionမှာ ဘဏ္ဍာရေးမှူး၊ ဇီဝိတဒါန သံဃာ့ဆေးရုံနဲ့

နှင်းဆီကုန်းဘိုးဘွားရိပ်သာတို့မှာ စေတနာလုပ်အားအလှူရှင် သွားဘက်ဆိုင်ရာဆရာဝန်အဖြစ်လည်း ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါတယ်။

၂။ ဆရာရဲ့ အထူးပြု ဘာသာရပ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး အနည်းငယ် ရှင်းပြပေးပါခင်ဗျား။

ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများရဲ့ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းမှာတော့ ယခင်ကအတိုင်း သွားတုအံကပ်အပြည့် တပ်ဆင်ခြင်း (Complete Dentures)၊ အံကပ်များ (Removable partial dentures) အကြောင်းတို့အပြင် သွားများကို မနုတ်ဘဲ သွားအမြစ်ငုတ်တို့များကို ပြုပြင်ပြီး သွားတုအံကပ် တပ်ဆင်ခြင်း (Overdentures) နဲ့ သက်ကြီး ရွယ်အို သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာ (Geriatric Dentistry) ပညာရပ်များကို ပါထည့်သွင်းသင် ကြားပေးလျက် ရှိပါတယ်။ နောင်ကာလများ မှာတော့ သွားအစားထိုးငုတ်စိုက်ပြီး သွားတု တပ်ဆင်ခြင်း (Implant prosthodontics) ကို ပါဆက်လက်လေ့လာသင်ကြားနိုင်ဖို့ မျှော်မှန်းထားပါတယ်။ သွားတုဆေးပညာရပ်ရဲ့ အဓိကအကျဆုံးတာဝန်ကတော့ ဆုံးရှုံးပြီးတဲ့ သွားများကို ပြန်လည်အစားထိုးခြင်းထက် ကျန်ရှိနေသေးတဲ့ သွားများနဲ့ မေးရိုးကို အရှည်သဖြင့် ထိန်းသိမ်းခြင်းက ပိုပြီးအရေးကြီးတယ်ဆိုတဲ့အချက်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဆုံးရှုံးသွားတဲ့ သွားများနဲ့ မေးရိုး၊ မျက်နှာအစိတ်အပိုင်းတို့ကို ပြန်လည်အစားထိုးပေးခြင်းဖြင့် အစားအစာများ ပုံမှန်ပြန်လည်စားသောက်နိုင်ခြင်း၊ အသံပီသစွာ စကားပြောဆိုနိုင်ခြင်း၊ ရုပ်အသွင် ပြန်လည် လှပလာစေနိုင်ခြင်း၊ သက်တောင့်သက်သာ နေထိုင်နိုင်ခြင်းများအပြင် တစ်ကိုယ်လုံးရဲ့ ကျန်းမာရေးကိုလည်း ပြန်လည် ကောင်းမွန်လာစေနိုင်ခြင်းစတဲ့ အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိအောင် လုပ်ဆောင်ပေးနိုင်တဲ့ ပညာရပ် ဖြစ်ပါတယ်။

၃။ ဆရာအနေနဲ့ ပြည်သူလူထုကို တင်ပြ
မှာကြားချင်တာများရှိရင် အမိန့်ရှိပါ
ခင်ဗျား။

ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်တဲ့
သွားတစ်ချောင်းကို တန်ဖိုးဖြတ်လို့ မရပေမယ့်
တန်ဖိုးတော့ သတ်မှတ်လို့ ရနေပါပြီ။ သွား
တစ်ချောင်းအနှုတ်ခံရလို့ ပြန်အစားထိုးမယ်ဆိုရင်
ဘေးကသွားများကို မပျက်စီးစေဘဲ နုတ်ထားတဲ့
နေရာမှာ (Implant)လို့ခေါ်တဲ့သတ္တု (Titanium)
တိုင်လေးစိုက်ပြီး အစားထိုးရင် ကုန်ကျစရိတ်
အားဖြင့် သိန်းဂဏန်းရှိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
ဒါကြောင့် သွားများကို အလွယ်တကူ မနုတ်
ပစ်ဘဲ အရှည်ကြာဆုံး ခံတွင်းထဲမှာ ရှိနေအောင်
ထိန်းသိမ်းကုသတဲ့နည်းလမ်းများကို သုံးသင့်ပါ
တယ်။ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် သွားများ
ဆုံးရှုံးခဲ့ရင်လည်း အမြန်ဆုံး ပြန်လည်အစားထိုး
ပြီး သွားပြန်စိုက်သင့်ပါတယ်။ ဒီအတိုင်းပစ်ထား
ရင်တော့ သွားများယိုင်နဲ့ခြင်း၊ အပေါ်အောက်
သွားများ ရှည်ထွက်လာခြင်းစတဲ့ ဆိုးကျိုး
များစွာ ခံစားရတတ်ပါတယ်။ ပြန်လည်အစား
ထိုးမယ့် သွားတုကို ပြုလုပ်မယ့်ပစ္စည်းကိုလည်း
ဂရုစိုက်သင့်ပါတယ်။ ခံတွင်းထဲမှာ ထားရှိရင်
ဓာတ်ပြုမှုတွေ၊ ပိုးမွှားများ ကပ်ရောက်မှုတွေ
မရှိတဲ့ ပစ္စည်းများ (Biocompatibility)ကို တတ်
နိုင်ရင် စိစစ်အသုံးပြုဖို့ အကြံပြုလိုပါတယ်။

ဒီနေ့ ဒီအချိန်မှာတော့ (Porcelain) (ကြွေ
သွားများ)၊ ရွှေအစရှိတဲ့သတ္တုများ (Noble Met-
als) နဲ့ Cobalt-chromium အစရှိတဲ့ ဓာတ်ပြုမှု
မရှိတဲ့သတ္တုများ (Passive metals) များကို ပြည်
တွင်းမှာပဲ သွားတုများအတွက် တွင်ကျယ်စွာ
အသုံးပြုနိုင်ကြပြီဖြစ်လို့ ပြည်သူများရဲ့
သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးအတွက် အားတက်
ဖွယ်ရာဖြစ်ကြောင်း အသိပေးတင်ပြလိုပါတယ်။



ဒေါက်တာ ဒေါ်ဆွေဆွေဝင်း

B.D.S (Ygn) (M.D.Sc) (Ygn) F.I.C.D
Cert. in Mdecular Pathology (Tokyo)
ဘွဲ့လွန်ကထိက၊ ဌာနမှူး
မေးရိုးနှင့်ခံတွင်းဆေးပညာဌာန

၁။ လက်ရှိထမ်းဆောင်နေရတဲ့ တာဝန်နဲ့ ဖြတ်သန်းလာရတဲ့ ဘွဲ့ရဖြစ်စဉ် လေးတွေ သိပါရစေခင်ဗျား။

၁၉၇၈ ခုနှစ်မှာ ရန်ကုန်သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်ကနေ B.D.S
ဘွဲ့ရခဲ့ပြီး ၁၉၉၄ မှာ M.D.Sc ဘွဲ့ကို ရခဲ့ပါတယ်။ ၁၉၉၈ လောက်မှာ
Tokyo Medical and Dental University မှာ Molecular Pathology ဘာသာ
ရပ်အတွက် Training သွားခဲ့တယ်။ ၂၀၀၂ မှာတော့ မေးရိုးနှင့်ခံတွင်း
ဆေးပညာပါရဂူသင်တန်း (Dr.D.Sc) ကို စတင်တက်ရောက်ခဲ့ပါတယ်။
စုစုပေါင်း အမှုထမ်းသက် (၂၃) နှစ်လောက်ရှိပြီး ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန
အောက်မှာရှိတဲ့ မကွေးတိုင်း၊ ချောက်မြို့၊ ကျောင်းကျန်းမာရေးဌာနနဲ့ ရခိုင်
ပြည်နယ်၊ စစ်တွေမြို့၊ ပြည်နယ်ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးမှာ သွားဘက်ဆိုင်ရာ
ဆရာဝန်အဖြစ် ၁၀ နှစ်ခန့် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါတယ်။ ၁၉၈၉ ခုနှစ်မှာ
ရန်ကုန်သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ မေးရိုးနှင့် ခံတွင်းဆေးပညာဌာနမှ
သရုပ်ပြအဖြစ် စတင်အမှုထမ်းခဲ့ပြီး ၂၀၀၄ ခုနှစ်၊ ဧပြီလကစပြီး ဌာနမှူး
တာဝန်ကို ယူခဲ့ပါတယ်။

ကျမ်းကျင်ဆရာ ပညာမှာ

၂။ မေးရိုးနှင့်ခံတွင်း ဆေးပညာဌာနအနေနဲ့ ဘာတွေလုပ်ဆောင်ပေးရပါသလဲ။

‘မေးရိုးနှင့်ခံတွင်းဆေးပညာရပ်မှာ မေးရိုးနှင့် ခံတွင်းရောဂါပေဒဆိုတာ ပါဝင်နှိုးနွယ်နေပါတယ်။ အဲဒါကြောင့် မေးရိုးနှင့် ခံတွင်းဆိုင်ရာ သုတေသန လုပ်ငန်းများအပြင် ရောဂါရှာဖွေရာမှာ ပြင်ပြစမ်းသပ်တွေ့ရှိချက်များအပြင် ဓာတ်မှန်ရှိကိစ္စခြင်း၊ သွေးစစ်ဆေးခြင်း၊ ခံတွင်းမှ အသားစများစစ်ဆေးခြင်း တို့နဲ့ ပူးတွဲပြီး ဝေဒနာရှင်များကို ကုပေးတဲ့ပညာရပ်ဖြစ်ပါတယ်။’ မေးရိုးနှင့် ခံတွင်းဆေးပညာဌာနလက်အောက်မှာ ပဏာမ သွားရောဂါရှာဖွေရေးဌာနခွဲ (ORAL DIAGNOSIS DIVISION) ရယ်၊ ဓာတ်မှန်ဌာနခွဲရယ်လို့ ရှိပါတယ်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်မှာ လာရောက်ပြီး ကုသမှုကို ခံယူမယ့် လူနာများဟာ ပထမဆုံးပဏာမ သွားရောဂါရှာဖွေရေးဌာနခွဲမှာ ပြသ၊ စစ်ဆေးမှုခံယူပြီး မှတ်ပုံတင်ရပါတယ်။ ပြီးမှ သက်ဆိုင်ရာ ဌာနကြီးများကို စေလွှတ် လွှဲပြောင်းပေးရပါတယ်။ လိုအပ်ရင် ဓာတ်မှန်ရှိကိစ္စခြင်း၊ အသားစ ယူပြီး စစ်ဆေးခြင်းများကိုပါ ပူးတွဲပြုလုပ်ပေးပြီးမှ သက်ဆိုင်ရာကို လွှဲပြောင်း ပေးရပါတယ်။ ဓာတ်မှန်ဌာနခွဲအနေနဲ့ကတော့ အခြားဌာနများမှ စေလွှတ်တဲ့ လူနာများကိုလည်း လိုအပ်တဲ့အနေအထားကို ရိုက်ပေးရပါတယ်။ ၎င်းပြင် ဤတက္ကသိုလ် လက်အောက်ရှိ အခြားဌာနများ၊ ဆေးရုံကြီးများမှ ပေးပို့သော ခံတွင်းမှအသားစများကို စစ်ဆေး အဖြေထုတ်ပေးလျက်ရှိပါတယ်။

၃။ အတွေ့ရများတဲ့ သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး နည်းနည်း လောက် ရှင်းပြပေးပါ။

ကလေး၊ လူကြီးအများဆုံးကတော့ သွားပိုးစားရောဂါနဲ့ သွားဖုံးရောဂါပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ သွားကိုက်၊ သွားနာလို့ လာပြရင်းက ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ကွမ်းစားခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်တတ်တဲ့ ခံတွင်းမှ အကြိုကင်ဆာ (Premalignant Lesions & Conditions) များကိုလည်း တွေ့ရတတ်ပါတယ်။ ရံဖန် ရံခါဆိုသလို ခံတွင်းကင်ဆာဝေဒနာရှင်များလည်း တွေ့ရပါတယ်။ သွားပိုး စားရောဂါနဲ့ပတ်သက်ပြီး ပြောရရင် ရောဂါရဲ့ အတိမ်အနက်ပေါ်မူတည်ပြီး ပြန်လည်ကုသလို့ရတဲ့အနေအထားဆိုရင် သွားရောဂါကုဌာနကြီးကို လွှဲပြောင်း ပေးရသလို ထိန်းသိမ်းလို့မရနိုင်တဲ့အနေအထားဆိုရင် နုတ်နိုင်ဖို့အတွက် မေးရိုးနှင့်ခံတွင်းခွဲစိတ်ကုဌာနကြီးသို့ လွှဲပြောင်းပေးရပါတယ်။ သွားဖုံးရောဂါ ဝေဒနာရှင်များလည်း အဲဒီလိုပဲ သွားဖုံးရောဂါကုဌာနကြီးကို လွှဲပြောင်းပေး ပါတယ်။ လက်ရှိ အနေအထားစာရင်း ဇယားအရဆိုရင် လူနာအများစုဟာ သွားရောဂါကုဌာနမှာ ကုသမှုခံယူနေရပြီး ဒုတိယအနေနဲ့ မေးရိုးနှင့်ခံတွင်း ခွဲစိတ်ကုဌာနဖြစ်ပြီး၊ အဲဒီနောက် ကလေးသွားကျန်းမာရေးဌာနနဲ့ သွားဖုံး ရောဂါကုဌာနများတို့ ဖြစ်ကြပါတယ်။ ထိရောက်တဲ့ သွားနှင့်ခံတွင်း ပညာပေး အစီအစဉ်များကြောင့် လူနာအများစုဟာ ကြိုတင်ကာကွယ်ရမှန်း တဖြည်း ဖြည်း ပိုမို သိရှိလာတာ တွေ့ရပါတယ်။

၄။ တချို့သော ရောဂါများဟာ ခံတွင်းမှာ ရောဂါလက္ခဏာ ပြတတ်ပုံနှင့်ပတ်သက်ပြီး ရှင်းပြပါ။

‘ခံတွင်းနှင့်လျှာသည် ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခု လုံး၏ ကြေးမုံပြင်အသွင် ရှိသည်’ ဆိုသော စကားရှိပါတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ဖြစ်ပေါ် နေသော အချို့ရောဂါများ၏ လက္ခဏာသွင်ပြင် များဟာ ခံတွင်းမှာ ပြောင်းလဲလာသော အခြေ အနေများမှတစ်ဆင့် သိရှိနိုင်ပါတယ်။ ခံတွင်းက ပင်ကိုအရောင် ပြောင်းလဲလာခြင်း၊ အညိုစက်၊ အနီစက်များ ပေါ်လာခြင်း၊ အဖြူအဖတ်များ ထူထဲစွာ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း၊ ခံတွင်း၌ အနာများ ပေါက်လာခြင်း၊ သွားဖုံးများ ပြည်တည်ရောင် ရမ်းခြင်း၊ သွားများယိုင်နဲ့လာခြင်း၊ သွားဖုံးမှ သွေးများ ယိုစီးလာခြင်း၊ သွားမြစ်ဝန်းကျင်စား သွားခြင်းစသည်များသည် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း သွေးအားနည်းရောဂါအပါအဝင် ကူးစက်တတ် သောရောဂါများ၏ အရေးပါသော ရောဂါ သွင်ပြင်လက္ခဏာ ဖြစ်တယ်။ သွေးကင်ဆာ ဝေ ဒနာရှင်များမှာ သွားဖုံးမှ သွေးယိုစီးခြင်းလက္ခ ဏာများကိုပါ တွဲဖက်တွေ့ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အစာအိမ်နှင့် အူလမ်းကြောင်းရောဂါအချို့တွင် ခံတွင်း၌ အနာများ ပေါက်ခြင်း၊ အညိုစက်များ ဖြစ်ပေါ်ခြင်းကိုလည်း တွေ့နိုင်ပါတယ်။ ဒီပြင် ခံတွင်းအနာ (Ulcer)၏ ပုံသဏ္ဌာန် တစ်မျိုးမျိုး အား ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခြင်း၊ အသားစယူခြင်း၊ သွေးစစ်ခြင်းများ ပြုလုပ်ခြင်းမှလည်း ကူးစက် တတ်သော တီဘီ (အဆုတ်ရောဂါ) ကာလသား ရောဂါများကိုပါ ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။

၅။ မေးရိုးနှင့် ခံတွင်းဆေးပညာရှင်တစ်ယောက် အနေနဲ့ ပြည်သူလူထုကို ဘာများပြောပြချင် ပါသလဲ။

‘ကျန်းမာခြင်းသည် လာဘ်တစ်ပါး’ ဆိုတဲ့ စကား ရှိပါတယ်။ ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာရေးကို ဂရုစိုက်သင့်သလို မိမိ၏ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာ ရေးကိုလည်း အထူးဂရုစိုက်သင့်ပါတယ်။



ဒေါက်တာ ဌေးမြင့်ဦး

B.D.S, M.D.Sc, F.I.C.C.D.E, Cert.
in Oral Health Promotion (Tokyo)

ဘွဲ့လွန်ကထိက၊ ဌာနခွဲမှူး

ကာကွယ်ရေးနှင့် လူထုသွားကျန်းမာရေးဌာန။

၁။ ဆရာဘွဲ့ရဖြစ်စဉ် အခုထိ ဆောင်နေရတဲ့တာဝန်ကို ပြောပြပေးပါ။
ဆရာဟာ ၁၉၈၃ ခုနှစ်မှာ (B.D.S) ဘွဲ့ကို ရရှိခဲ့ပါတယ်။ ၁၉၈၈ ခုနှစ်မှာ နိုင်ငံတော်အဖြစ် စတင်တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါတယ်။ တာဝန်ကျခဲ့တဲ့နေရာတွေကတော့

(က) မုခ်၊ ကျောင်းကျန်းမာရေးဌာန၊ မွန်ပြည်နယ်။

(ခ) ပြည်သူ့ဆေးရုံ၊ သန်လျင်မြို့၊ ရန်ကုန်တိုင်း။

(ဂ) ၁၉၉၃ ခုနှစ်မှစပြီး သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် (ရန်ကုန်)သို့ ပြောင်းရွှေ့တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပါတယ်။

(ဃ) ၁၉၉၅ ခုနှစ်မှာ M.D.Sc ဘွဲ့ကို ရရှိခဲ့ပါတယ်။

လက်ရှိထမ်းဆောင်နေရတဲ့ တာဝန်တွေကတော့ ဘွဲ့လွန်ကထိက ဖြစ်ပြီး သွားကျန်းမာရေးပညာဌာနအောက်ရှိ ကာကွယ်ရေးနှင့် လူထုသွားကျန်းမာရေးပညာဌာနခွဲမှာ တာဝန်ယူထားရပါတယ်။

၂။ ဆရာဌာနအနေနဲ့ ဘာတွေလုပ်ဆောင်ပေးရပါသလဲ။

ဌာနအနေနှင့် ဘွဲ့ကြိုသင်တန်းများဖြစ်တဲ့ စတုတ္ထနှစ် ဘီဒီအက်စ်နဲ့ နောက်ဆုံးနှစ် ဘီဒီအက်စ်သင်တန်းတွေကို သင်ကြားပေးရပြီး ဘွဲ့လွန်သင်တန်းများအနေနဲ့ အထွေထွေ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာ ဒီပလိုမာ သင်တန်းနဲ့ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာမဟာ သိပ္ပံသင်တန်းတွေကို သင်ကြားပေးရပါတယ်။

ရန်ကုန်သူနာပြုတက္ကသိုလ်အောက်ရှိ သွားကျန်းမာရေး သူနာပြု ဒီပလိုမာ

သင်တန်းကိုလည်း သင်ကြားပေးရသည်။ ထို့အပြင် ရန်ကုန်ရှိ ဆေးတက္ကသိုလ်များမှ ဆေးပညာမဟာသိပ္ပံ၊ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးပညာနဲ့ ဥပဒေရေးရာ ဆေးပညာသင်တန်း အထူးပြု ဘာသာရပ်သင်တန်းတွေကိုလည်း သင်ကြားပေးရပါတယ်။

အခါအားလျော်စွာပြုလုပ်တဲ့ မြန်မာနိုင်ငံ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်အသင်း၊ ပြည်ပ သွားဘက်ဆိုင်ရာအသင်းများ၊ အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်သော သွားနှင့် ခံတွင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ မြှင့်တင်ရေးလုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပါသည်။

၃။ ပြည်သူ့ဘဝ ကွင်းဆင်းပညာပေး စစ်တမ်းကောက်ယူခြင်းလုပ်ငန်းရဲ့ အကျိုးရလဒ်တွေကို သိပါရစေခင်ဗျာ။

ပြည်သူများအတွင်းကွင်းဆင်း၍ ကုသ၊ ပညာပေး၊ စစ်တမ်းကောက်ယူခြင်းလုပ်ငန်းကို စတုတ္ထနှစ် ဘီဒီအက်စ် (ယခင် ပဉ္စမနှစ် ဘီဒီအက်စ်) ကျောင်းသူ/ကျောင်းသားများရဲ့ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့်အညီ မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းရှိ ပြည်သူလူထုအတွင်း ကွင်းဆင်း၍ သွားနှင့် ခံတွင်းရောဂါများရဲ့ အခြေအနေကို ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ကြီး၏ စံချိန်စံညွှန်းများနှင့်အညီ လက်တွေ့ကွင်းဆင်းစစ်တမ်းကောက်ယူခြင်း၊ သွားနှင့် ခံတွင်း ကျန်းမာရေး အသိပညာပေးဟောပြောခြင်းနှင့် အရေးပေါ် သွားနှင့် ခံတွင်း ရောဂါဝေဒနာများကို ကုသမှုပေးခြင်း စတဲ့လုပ်ငန်းတွေကို နှစ်စဉ်သွားရောက်၍ လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ရတာဖြစ်ပါတယ်။

အကျိုးရလဒ်တွေကတော့-

၁။ ပြည်သူများ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးအသိ ပညာတိုးပွားလာခြင်း။

၂။ သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်းများကို တိုးတက် လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်း။

၃။ အရေးပေါ် သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါဝေဒနာရှင်များ အခမဲ့ကုသမှု ခံယူနိုင်ခြင်း။

၄။ ကျောင်းသူ၊ ကျောင်းသားများအနေနှင့် သွားရောက်သည့်ဒေသရှိ ပြည်သူများ၏ လူနေမှုဘဝ အခြေအနေ၊ စီးပွားရေး၊ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ လူမှုရေးအခြေအနေများ၊ ဘာသာရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးစံအစဉ်အလာများကို လက်တွေ့သိရှိ နားလည်နိုင်ခြင်း၊ အထူးသဖြင့် နယ်စပ်ဒေသများ၊ ကျေးလက်ဒေသများရှိ ပြည်သူများ၏ ဘဝအခြေအနေကို ပိုမိုနားလည်ခံစားနိုင်ခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

၄။ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးပညာပေးလုပ်ငန်းတွေကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသလား။

သွားနှင့် ခံတွင်းကျန်းမာရေး ပညာပေးလုပ်ငန်းတွေကို ယခုအခါ ယခင်အချိန်အခါကထက် ပိုမို၍ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် လုပ်ဆောင်နေပါသည်။ ဆက်လက်၍လည်း ပြန်ကြားရေးမီဒီယာများဖြစ်သော သတင်းစာ၊ ရုပ်မြင်သံကြား၊ ရေဒီယို၊ မဂ္ဂဇင်း၊ စာစောင်များမှလည်း သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးပညာပေးဇာတ်လမ်းများ၊ သတင်းဆောင်းပါးများနှင့် ပညာပေးသင့်ပါသည်။

၅။ ဒီစာမျက်နှာကနေ ပြည်သူလူထုကို ပြောပြချင်တာလေးတွေ-

- ပြည်သူလူထုကို ပြောပြချင်တာကတော့ -
- သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါများတွင် အဓိက ဖြစ်ပွားနှုန်း များနေတဲ့ သွားပိုးစားရောဂါနဲ့ သွားဖုံးရောင်ရောဂါတွေဟာ ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်တဲ့ရောဂါများ ဖြစ်ကြောင်း။
- သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးအသိနဲ့ သတိအမြဲရှိနေရန်။
- မိမိကိုယ်တိုင်လည်း သွားနှင့်ခံတွင်းကို မကြာခဏ စစ်ဆေးကြည့်ဖို့နဲ့ နီးစပ်ရာ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်များထံမှာ ပြသအကြံဉာဏ်များ ရယူဖို့နဲ့ သွားနှင့်ခံတွင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးနဲ့ပတ်သတ်၍လည်း မရှင်းလင်းတာတွေ၊ မှားယွင်းစွာ ယူဆလက်ခံထားတာတွေကိုလည်း နားလည်တတ်ကျွမ်းတဲ့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်တွေဆီမှာ ပြသအကြံဉာဏ်များ ရယူစေချင်ပါတယ်။



ဒေါက်တာ ကျော်သိန်း

B.D.S, M.D.Sc, (Ygn)

Cert. in Orthodontics (Tokyo)

ကထိက၊ ဌာနခွဲမှူး။

သွားညှိကုပညာဌာန။

၁။ သွားညှိကုပညာရပ်အကြောင်း သိပါရစေဆရာ။

မညီမညာ မလှမပဖြစ်နေသော သွားများကို ပြုပြင်ခဲ့သည့် အထောက်အထားများကို လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း 1000 BCကတည်းက တွေ့ရှိခဲ့ကြသည်။ သွားညှိကုဆေးပညာ ဘာသာရပ်တစ်ခုအနေဖြင့် ၁၈၅၀ ခုနှစ် နောက်ပိုင်းမှစ၍ တဖြည်းဖြည်း တိုးတက်ပေါ်ထွက်လာခဲ့သည်။ ၎င်းနောက် သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာ ကဏ္ဍအသီးသီးတွင် ပထမဦးဆုံးသော အထူးကုဘာသာရပ်အဖြစ် အသိအမှတ်ပြု သင်ကြားလာခဲ့သည်။ ၁၉ ရာစုနောက်ပိုင်းတွင် ပြည်သူလူထုအတွင်း သွားမညီမညာများကို ထိရောက်စွာ ကာကွယ်ကုသနိုင်ရန် သွားညှိကုဆေးပညာ၏ အချို့ကဏ္ဍများကို သွားဘက်ဆိုင်ရာ အထွေထွေရောဂါကုကဏ္ဍအတွင်း ထည့်သွင်းသင်ကြားကုသလာခဲ့သည်။

၂။ ဆရာအထူးပြုဘာသာရပ်အနေနဲ့ ဘာတွေ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ပါသလဲ။ ကုသမှုနည်းစနစ်ပုံစံ တွေအကြောင်း သိချင်ပါတယ်။

၁။ ကြီးထွားလျက်ရှိသော ကလေးများ၏ မေးရိုးများ ပုံမှန်အတိုင်း ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွားလာစေရန် ထိန်းညှိ ပြုပြင်ပေးခြင်း။

၂။ ကလေးများ ငယ်သွားကြွေလဲချိန်မှစ၍ နောက်ထပ် ပေါက်လာသော လူကြီးသွားများ ပုံမှန်အနေ အထားအတိုင်း ညီညာလှပစွာ ပေါက်လာစေရန် ထိန်းသိမ်းပြုပြင်ပေးခြင်း။

၃။ လူငယ်လူလတ်ပိုင်းများ၏သွားမညီမညာဖြစ်မှုကြောင့် မျက်နှာ၏အလှအပကို ထိခိုက်ခြင်း၊ သွားပိုးစားခြင်း၊ သွားဖုံးရောင်ခြင်း စသည်မှ သွား၏အရှည် တည်တံ့မှုကို ထိခိုက်ခြင်းများ မရှိစေရန် အတွက် သွားနှင့်မေးရိုးများကို ညီညာလှပအောင် ပြုပြင်ပေးခြင်း။

၄။ မွေးရာပါရောဂါများ အထူးသဖြင့် နှုတ်ခမ်းကွဲ၊ အာခေါင်ကွဲ ဝေဒနာရှင်များ၏ မေးရိုးနှင့် သွားများ ပုံမှန်အတိုင်း ကြီးထွားညီညာလှပစေရန် အထူးကုပညာရှင်များအဖွဲ့နှင့် ပူးပေါင်းကုသခြင်းများ။

ကုသမှု (Treatment) မှာ

သွားညီကုဆေးပညာကုသမှုအပိုင်းကို -

၁။ မေးရိုးကြီးထွားမှုကို ထိန်းညှိပေးခြင်း (Growth Correction)

၂။ သွားခေါခြင်း၊ သွားထပ်ခြင်း၊ သွားကြခြင်း အစရှိသည်တို့ကို ပြုပြင်ကုသခြင်း

(Tooth alignment & Camouflage)

၃။ မေးခေါခြင်း၊ မေးရိုးအချိုးအစား ပြေပြစ်မှုမရှိခြင်းများကို ခွဲစိတ်ကုသခြင်း

(Surgical Orthodontics)

၄။ အထက်ပါကုသမှုမျိုးကို တွဲ၍ ကုသခြင်း (Combination treatment)

လက်ရှိအနေအထားတွင် ကုသမှု ၁၊ ၂ နှင့် ၄ ကို အောင်မြင်စွာ ကုသလျက်ရှိသည်။

ကုသမှုနည်းစနစ် (Treatment Technique)

၁။ လူနာကိုယ်တိုင် ဖြုတ်နိုင်၊ တပ်နိုင်သည့် အသုံးပြုပစ္စည်းဖြင့် ကုသမှုနည်းစနစ် (Removable appliance treatment)

၂။ သွားမျက်နှာပြင်ပေါ်တွင် bracketsဟုခေါ်သော အသုံးပြု ပစ္စည်းများကို ဆရာဝန်က တပ်ဆင်ကုသမှု စနစ် (Fix appliance treatment)

အားနည်းချက် အားသာချက်များ စနစ် (၂) မျိုးလုံးတွင် ရှိသော်လည်း လူနာတစ်ဦးချင်းစီ၏ အနေအထား ပေါ်မူတည်၍ အသင့်လျော်ဆုံးသောစနစ်ကို ရွေးချယ်ကုသရပါသည်။

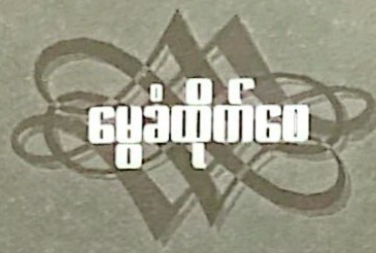
၃။ ပြည်သူလူထုကို ဒီနေရာကနေ ဆရာပြောချင်တာလေးများရှိရင်

ယခုလက်ရှိ လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင် Face conscious society တွင် သွားနှင့် မျက်နှာ၏ အချိုးအစားကျ လှပမှုသည် အရေးပါသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်နေသည်။

သွားညီပြီး မျက်နှာအချိုးအစားကျ လှပသော ပြုံးအလှပိုင်ရှင်သည် ရယ်လျှင် လက်နှင့်ကာပြီး ရယ်စရာ မလိုဘဲ ယုံကြည်မှုအပြည့်ဖြင့် ရယ်နိုင်သည်။ မိမိမျက်နှာကိုလည်း ရဲရင့်ပုံ ဖော်ပြနိုင်သည်။ ညီညာသော သွားများဖြင့် ကျက်သရေရှိ လှပသောအပြုံးသည် လူမှုဆက်ဆံရေးနယ်ပယ်တွင် တွေ့ကြုံရမည့် အဟန့်အတား များကို ကျော်လွှားပြီး မိမိ ဘဝ၏ အောင်မြင်မှုများကို ဆွတ်ခူးပေးနိုင်မည် ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် သွားမညီ၍ စိတ်ညစ်နေစရာမလိုဘဲ စနစ်တကျ သွားညီ ကုသမှုကို ခံယူခြင်းဖြင့် မိမိ၏ဘဝ အောင်မြင်မှုများကို ဆွတ်ခူးရရှိ နိုင်ပါစေ။ ■



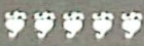


‘မကောင်းဖြစ်တာ၊ ကောင်းရာညွှန်လတ်၊ အတတ်သင်စေ၊ ပေးဝေနှိုးရင်း၊ ထိမ်းမြားခြင်းလျှင်၊ ဝတ်ငါးအင်၊ ဖခင် မယ်တို့တာ’ တဲ့၊ မိဘဝတ္ထရားငါးပါးကို ငယ်စဉ်ကာလ ကလေးဘဝကပင် နှုတ်မှာရွှေ၊ ရွတ်ဆိုခဲ့ဖူးကြပါသည်။ မိဘဟူသည် သားသမီးတို့ကို ဆင်စီး၍ မြင်းရံသည်ကိုသာ ကြည့်လိုကြသူများသာ မဟုတ်ပါလော။ မိမိတို့ သားသမီးကို ပဋိသန္ဓေလွယ်ထားရချိန်မှစ၍ပင် သားအတွက်၊ သမီးအတွက် စသည်ဖြင့် ကြံစည်ကြိုးစားကြလေပြီ။ မိမိသားသမီးကို မည်သည့်အရာကတ် ရည်မှန်းချက်နှင့် ထုဆစ်ပုံသွင်းရမည်ကိုလည်း ကြိုတင်ရည်မှန်းထားခဲ့ကြသည်။ ဥယျာဉ်မှူးကောင်း၏ ဖန်းကလေးတို့သည် ဥယျာဉ်မှူး၏ ရင်ကို အေးမြစေသကဲ့သို့ သားသမီးတို့၏ အောင်မြင်မှုသည် မိဘတို့၏ ရင်ကို ချမ်းမြေ့ စေသည်သာ ဖြစ်သည်။ သားသမီးတို့၏ တာဝန်ကား တစ်ချိန်ချိန်တွင် တဖြန့်တလှည့် တုံ့တင်သက်ရောက်လာမည်မှာ မလွဲ ဧကန်ပေတည်း။ ထိုအခါ ‘ကျွေးမွေးမပျက်၊ ဆောင်ရွက်စီမံ၊ မွေခံထိုက်စေ၊ လှူဖွယ်ဝေ၍၊ စောင့်လေမျိုးနွယ်၊ ဝတ်ငါးသွယ်’ ကို မြင်ယောင်မိလာပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့လူမျိုးမှာ မိဘကို ဘုရားတစ်ဆူ၊ ဂုဏ်လုံးသဖွယ် ကိုးကွယ်လေးစားကြသော ချစ်စရာ ထုံးတမ်းစဉ်လာများကို ပိုင်ဆိုင်ထားကြသူများပင် မဟုတ်ပါလော။

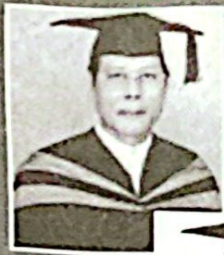
ဤတွင် ကျွန်ုပ်တို့တက္ကသိုလ်မှ မွေးထုတ်ပေးလိုက်သော သွားဆရာဝန် အစဉ်အဆက်တို့၏ လက်ဆင့်ကမ်းအမွေ သည် တခုတ်တရ မှတ်တမ်းတင်ဖွယ် ဖြစ်လာပါတော့သည်။ ကျွန်ုပ်တို့ တက္ကသိုလ်မှ ဘွဲ့ရရှိခဲ့သော သွားဘက်ဆိုင်ရာ သွားဆရာဝန်အချို့သည် သူတို့၏ အောင်မြင်သော ဘဝလမ်းကြောင်းပေါ်သို့ သူတို့၏ သားသမီး၊ ရင်နှစ်သည်းချာတို့ကို မီးမောင်းထိုးပြခဲ့ကြသည်။ မိခင်၊ ဖခင်တို့၏ ဗီဇမျိုးစေ့နှင့် မိမိကြိုးပြင်းရာ ပတ်ဝန်းကျင်၏ စေ့ဆော်မှုဖြင့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ အချို့သည် ဤမိခင်ကျောင်းတော်ကြီးသို့ ဒုတိယမျိုးဆက်များအဖြစ် ဝင်ရောက် လာခဲ့ကြသည်။ နှစ် (၄၀) သက်တမ်းရှိပြီဖြစ်သော ကျောင်းတော်ကြီးကား အားလုံးသော မျိုးဆက်သစ် တို့ကို နွေးထွေးစွာ ကြိုဆိုလျက်ပင်။

သို့ဖြစ်၍ ဤမဂ္ဂဇင်း အယ်ဒီတာအဖွဲ့သည် နှစ် (၄၀) အတွင်း ဤကျောင်းတော်ကြီးမှ မွေးထုတ်ပေးလိုက်သော သွားဆရာဝန် မိဘတို့၏ ပညာအမွေကို ဆက်ခံမည့် ဒုတိယမျိုးဆက် သွားဆရာဝန်တို့အား ‘မွေခံထိုက်စေ’ ကဏ္ဍအဖြစ် ဂုဏ်ပြုဖော်ပြလိုက်ရပါသည်။

စာတည်းအဖွဲ့



သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးဝါးကုသပိုင်း (ရန်ကုန်)



ဒေါက်တာ ဦးသောင်းဝင်း

သခ - ၂၂၃

ဒေါက်တာ ခင်လေးယု

သခ - ၁၃၄၈

ဒေါက်တာ ဦးမြင့်စိုး

သခ - ၄၆

မောင်အောင်ကျော်စိုး

(Final B.D.S; 11/03)



ဒေါက်တာ ဦးစန်းမောင်မောင်

သခ - ၁၆၈

မောင်ရဲခေါင်

(Final B.D.S; 11/03)

ဒေါက်တာ ဦးသီဟအောင်ဝင်း

သခ - ၂၃၉

မောင်ထက်လွင်

(Final B.D.S; 11/03)





ဒေါက်တာ ဦးမြင့်ဝေ

သခ - ၂၉၁

မောင်သီဟမြင့်ဝေ

(Final B.D.S; 11/03)

ဒေါက်တာ ဒေါ်သင်းသင်းအေး

သခ - ၁၂၈

မောင်ဝင်းချိန်

(Final B.D.S; 5/04)



ဒေါက်တာ ဦးမင်းကျော်ထွေး

သခ - ၁၈၆

မောင်ထင်လင်းထွေး

(4th B.D.S; 5/04)



ဒေါက်တာ ဦးလှမြင့်

သခ - ၂၆၇

မောင်ထိန်လင်း

(4th B.D.S; 5/04)

ဒေါက်တာ ဦးအမောင်

သခ - ၃၆၉

မောင်ခက်နိုင်

(4th B.D.S; 5/04)



ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဦးသိန်းကြူ

သခ - ၃၈၁

မောင်မိုးထက်

(4th B.D.S; 5/04)

ဒေါက်တာ ဦးဌေးနိုင်

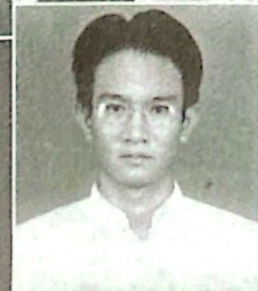
သခ - ၁၂၄

ဒေါက်တာ ဒေါ်ခင်ဌေးရှိန်

သခ - ၁၆၉

မောင်ကျော်ကျော်နိုင်

(3rd B.D.S; 11/04)



၂၀၀၄ သွားတက်ဆိုင်ရာစာမေးပွဲနှင့် နှစ်သင်္ဂြိုဟ်ခွင့် ၁၇၇



ဒေါက်တာ ဦးမင်းဇော်

သခ - ၃၁၃

မောင်စည်သူဇော်

(3rd B.D.S; 11/04)

ဒေါက်တာ ဦးစိုးလွင်

သခ - ၈၄

မောင်အောင်သူရစိုး

(2nd B.D.S.)



ဒေါက်တာ ဦးဝင်းမြင့်

သခ - ၄၃၄

မောင်မင်းခိုင်ဝင်းမြင့်

(2nd B.D.S.)

ဒေါက်တာ ဦးအောင်ကြိုင်

သခ - ၄၉၅

မောင်ဆွေသက်အောင်

(2nd B.D.S.)



သွားဘက်ခိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် (မန္တလေး)



ဒေါက်တာ ဦးခက်အောင်
(မြစ်ကြီးနား)
မောင်အိပ်(ချ်)အောင်မိုင်
အလုပ်သင်ဆရာဝန် (11/04)

ဒေါက်တာ ဦးနန်းမိန်းဂရောင်
သခ - သာ
မောင်နန်းမိန်းလဂျာ
(Final B.D.S. 5/04)



ဒေါက်တာ ဦးရဲအောင်
13 Batch B.D.S
မောင်မင်းသန့်အောင်
(4th B.D.S.)



ဒေါက်တာ ဦးမြင့်သိန်း
ချောင်းဦး
မောင်သော်ဇင်ဦး
(1st B.D.S.)



ဒေါက်တာ ဦးမြင့်ထွန်း
ဇုံရွာ
မောင်အောင်သူမြင့်ထွန်း
(2nd B.D.S.)

သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးအတွက် ပြည်သူချစ်သော အနုပညာရှင်များ၏အမြင်

ရင်ဂို



- သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးက အရေးအကြီးဆုံးပါပဲ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ကျွန်တော့်တို့လို သီချင်းဆိုတဲ့သူတွေဟာ သွားမကောင်းလို့ တစ်ခုခုပြုပြင်ခွဲစိတ်ထားပြီးရင် ရက်အတော်ကြာကြာအတွင်း သီချင်းမဆိုနိုင်ပါဘူး။ ပါးစပ် ကျယ်ကျယ်မဟနိုင်လို့ပါ။
- နောက်ဆုံးသွားစောင်းနေလို့ ခွဲထုတ်ဖူးပါတယ်။ ရှေ့သွားအတွင်းက ပဲ့သွားလို့ ဖာထားရပါတယ်။ အဲသွားနှစ်ခု အပေါက်ဖြစ်ဖူးပါတယ်။ (အဲဒါကိုပဲ သွားပိုးစားရောဂါလို့ခေါ်တာ ထင်ပါတယ်)
- Fluoride ပါဝင်တဲ့ သွားတိုက်ဆေးကို ရွေးသုံးပါတယ်။ အစာစားပြီး မိနစ်နှစ်ဆယ်မပြည့်ခင် ညပ်နေသောအစာများကို သန့်ရှင်းရေးလုပ်ပါတယ်။
- သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာဆိုတာ Artist of Medicine လို့ မြင်ပါတယ်။ တော်တော်လေး ခံစားရမှ သွားဆေးခန်း သွားတတ်တဲ့အကျင့်လေးတော့ ရှိပါတယ်။
- ကျွန်တော်တို့ သီချင်းဆိုသမားတွေကတော့ ပြောချင်တာ၊ လုပ်ချင်တာ၊ ဖြစ်စေချင်တာလေးတွေကို သီချင်းလေးကတစ်ဆင့် တင်ပြလေ့ ရှိပါတယ်။ လူထုသွား ကျန်းမာရေးပညာပေးကဏ္ဍအဖြစ် သီချင်း (သို့မဟုတ်) ရိုက်ကူးရေးကို TV မှ ပြသပြီး သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးအတွက် ပညာပေးစည်းရုံးနိုင်ပါတယ်။
- ကျွန်တော့် ပရိသတ်ကြီးကို ပြောချင်တာက ညအိပ်ခါနီး သွားတိုက်ပါခင်ဗျာ။ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

- ငယ်ငယ်တုန်းကတော့ သကြားလုံးတွေ အရမ်းစားလို့ သွားပိုးတွေ စားပါတယ်။ ငယ်ငယ်က ခဏခဏများလို့ Antibiotic တွေ ခဏခဏသောက်ရတော့ ကြီးသွားတွေက မဖြူတော့ဘူးလို့ ဆရာဝန်က ပြောပါတယ်။ နောက်ပြီးတော့ အဆုံးတွေက စောင်းပြီးပေါက်တယ်။
- သွားမှန်မှန်တိုက်၊ အစာစားပြီးတိုင်းတိုက် Antiseptic mouth wash သုံးပါတယ်။ တစ်ခုခုဖြစ်ပြီဆိုရင်တော့ သွားနှင့်ခံတွင်း ဆေးခန်း သွားရတာပေါ့။
- သွားအကြောင်း သီချင်းရေးပြီးဆိုရင်တော့ ပညာပေးနိုင်မလား မသိဘူး။ Music နဲ့ ပတ်သက်တာပဲ ကျွန်တော် ပြောတတ်ပါတယ်။

အဲလက်စ်



- သွားကတော့ အရေးကြီးပါတယ်။ ကြာကြာဝါးဖို့ ဟဲဟဲ။ နောက်တာ။
- သွားနဲ့ပတ်သက်လို့ကတော့ ငယ်ငယ်က သွားနုတ်ဖူးတယ်။ သွားလည်း ကျိုးဖူးတယ်။ အံဆုံးပေါက်ဖူးတယ်။
- သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးအတွက် စောစောထ။ သွားတိုက်။ အိပ်ရာဝင် ဒါပဲပေါ့။
- သွားဆေးခန်းကို သွားဖို့ကတော့ ဟီးဟီးနည်းနည်းတော့ ဝန်လေးတယ်။
- သွားတိုက်ဆေးကြော်ငြာတွေရှိက်။ သွားတိုက်ဆေးရောင်းစား အဲဒါဆို မဆိုးဘူး။ ဟဲဟဲ... အနုပညာရှင်တွေကတော့ မီဒီယာကနေ တစ်ဆင့် လူအများအတွက် သွားကျန်းမာရေးပညာပေး စည်းရုံးနိုင်မယ်လို့ ထင်ပါတယ်။
- သွားနှင့်ခံတွင်းသန့်ရှင်းရေး မှန်မှန်လုပ်ဖို့ ပြောချင်ပါတယ်။
- ထပ်ပြောချင်တာကတော့ ဟိုဒင်းပေါ့။ အဲဒါလေ ဒါပါပဲ။

မင်းမော်ကွန်း



ဆုရွန်းလဲ့



- လူတစ်ယောက်မှာ ညီညာတဲ့သွားများနဲ့ သွားဖုံးသားဟာ သူရဲမျက်နှာအနေအထားနဲ့ ဆက်ဆံမှုပြေပြစ်ရေးမှာ အများဆုံးအထောက်အကူပြုတယ်လေ။ ပြီးတော့ သွားနဲ့ ခံတွင်းကျန်းမာရေးဆိုတာ လူ့ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံး ကျန်းမာရေးနဲ့ ဆက်စပ်နေတော့ အရေးကြီးတာပေါ့။
- သွားကိုက်ဖူးတယ်။ သွားကျင်ဖူးတယ်။ သွားနှင့်ခံတွင်း ဆေးခန်းမှာ ပုံမှန်စစ်ဆေးမှု အမြဲလုပ်ပါတယ်။ မကြာခင်ကလည်း သွားပိုးစားတဲ့အပေါက်တွေကို ရောင်ခြည်နဲ့ ဖာခွဲရပါသေးတယ်။
- သမီးအဒေါ်က သွားနှင့်ခံတွင်း ကျောင်းကျန်းမာရေးဆရာမဆိုတော့ သူရဲလမ်းညွှန်မှုနဲ့ ခံတွင်းကို အမြဲသန့်ရှင်းပါတယ်။ တစ်နေ့နှစ်ကြိမ် ဖလိုရိုက်ပါတဲ့ သွားတိုက်ဆေးနဲ့ တိုက်ပြီးတော့ သွားနဲ့ခံတွင်းဆေးခန်းမှာလည်း ပုံမှန်စစ်ဆေးမှုခံယူပါတယ်။ လူနာဆိုတာ ဆရာဝန်ဆီသွားဖို့ လိုပေမယ့် နည်းနည်းတော့ ဝန်လေးကြတာပဲလေ။ ဒါပေမယ့် ခေတ်မီသွားနှင့်ခံတွင်းဆေးခန်းမှာ ကုသမှုခံယူရတဲ့အတွက် ဝန်မလေးပါဘူးရှင်။
- အနုပညာရှင်တစ်ယောက်အနေနဲ့ TVကထုတ်လွှင့်မယ့် သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးပညာပေးအစီအစဉ်တွေ၊ မီဒီယာတွေ မဂ္ဂဇင်းတွေကနေ တစ်ဆင့် မြို့နေလူထုရော၊ တောနေလူတန်းစားပါ ဗဟုသုတတိုးပွားအောင် ပညာပေး စည်းရုံးချင်ပါတယ်။ ပြည်သူလူထုကို သွားနဲ့ခံတွင်းကျန်းမာရေးကို ဂရုစိုက်ကြဖို့၊ သွားဆရာဝန်တွေရဲ့ လမ်းညွှန်မှုကို ခံယူကြဖို့ပြောပြချင်ပါတယ်ရှင်။

သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးအတွက် ပြည်သူ့ချစ်သော အနုပညာရှင်များ၏အမြင်



သက်မွန်မြင့်

- သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးဟာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ ဘဝအတွက် အရမ်းအရေးကြီးပါတယ်။ သွားကောင်းမှ အစားကောင်းကောင်း စားလို့ရမှာ၊ အစာရှိမှ အားရှိပြီး အလုပ်လုပ်နိုင်မှာပေါ့။
- ပိုးစားတဲ့သွားတွေတော့ မရှိပါဘူး၊ ငယ်ငယ်တုန်းကတော့ သွားတွေ ခဏခဏ ကျိုးဖူးတယ်။
- သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးအတွက် မနက်အိပ်ရာထ၊ ညအိပ်ရာဝင်သွားတိုက်ပါတယ်။ ထမင်းစားပြီးတိုင်း ပလတ်ကျင်းပြီး ခံတွင်းကို သန့်ရှင်းအောင် အမြဲထားပါတယ်။
- သွားဆရာဝန်တွေကို လေးစားပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သွားဆေးခန်းသွားဖို့တော့ ဝန်လေးပါတယ်၊ ဟင်း ဟင်း ကြောက်လို့ပါ။
- ပြည်သူလူထုကို သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးကို ဂရုစိုက်ကြဖို့ ပြောချင်ပါတယ်။ အနည်းဆုံး သွားတိုက်ဆေးနှင့် သွားတိုက်တံကို သုံးပြီး စနစ်တကျ သွားတိုက်ကြစေချင်ပါတယ်။ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်ရှင်။

ကြည်လဲ့လဲ့ဦး



- သွားပိုးစားရောဂါ ဖြစ်ဖူးတယ်။ အံသွားတွေက အရမ်း ဒုက္ခပေးတယ်။ အခု ကြည်လဲ့ အံသွားတစ်ဖက်ဆိုရင် ပိုးစားပြီး အလယ်မှာ အခေါင်းပေါက်လို ဖြစ်နေတယ်။ အစာတွေဘာတွေဝင်ရင်လည်း အရမ်းကိုက်တယ်။ အဲဒီတစ်ဖက်နဲ့ အစာတွေကို မစားရဲဘူး။ အမြဲတမ်း Listrine ကိုသုံးပြီး ပလုတ်ကျင်းနေရတယ်။
- သွားဆရာဝန်တွေ ရှိကိုရှိနေသင့်ပါတယ်။ ကြည်လဲ့ဖေဖေက ဆရာဝန်လေး။ ဒါပေမယ့် လူဆရာဝန်ပေါ့နော်။ ဆရာဝန်တွေအချင်းချင်းဆိုတော့ သွားဆရာဝန်တွေနဲ့လည်း ရင်းနှီးပါတယ်။ သူတို့တွေရဲ့အလုပ်ကို ကိုယ်က နားလည်နေတာပေါ့။ မြင်ဖူးနေတယ်လေ။
- ဘာလို့လဲမသိဘူး။ ဆေးထိုးဆေးသောက် ခွဲစိတ်မှာ ဘာတစ်ခုမှ မကြောက်ဘူး။ ဒါပေမယ့် သွားတစ်ခုခုလုပ်ရမှာတော့ အရမ်း ကြောက်ပါတယ်။ အခု နာနေတဲ့သွားတောင် ဆေးခန်းမပြရဲဘူး။ ဖြစ်ရင် ကြိတ်ပြီး ခံနေတာ။ အိမ်မှာ ကိုစာနည်နဲ့ဆို အမြဲရန်ဖြစ်ရတယ်။ ကြည်လဲ့က သွားကိုက်လို့အော်၊ သူက ဆေးခန်းခေါ်မရလို့ စိတ်ဆိုးနဲ့။
- သွားတွေကို ဂရုစိုက်ပါ။ သွားကိုက်ရင် သွားနာရင် ဘယ်လို ခံစားမှုမျိုးနဲ့မှ မတူအောင် ခံစားရပါတယ်။ ကြည်လဲ့ ကိုယ်တွေ့ပါ။ သွားတွေ ကျန်းမာဖို့အတွက် သွားဆရာဝန်တွေနဲ့ တွေ့ဆုံပြီး သူတို့အကြံပေးတာတွေ လမ်းညွှန်တာတွေကို ဂရုတစိုက် လိုက်နာသင့်ပါတယ်။
- ကြည်လဲ့ချစ်တဲ့ ပရိတ်သတ်တွေ ကိုယ့်သွားတွေရဲ့ ကျန်းမာရေးကို ဂရုစိုက်ပါ။ ကြည်လဲ့ကတော့ ကြည်လဲ့ရဲ့သွားတွေရဲ့ ကျန်းမာရေးအတွက် သွားဆေးခန်းသွားဖို့ ကြိုးစားလိုက်ပါဦးမယ်။

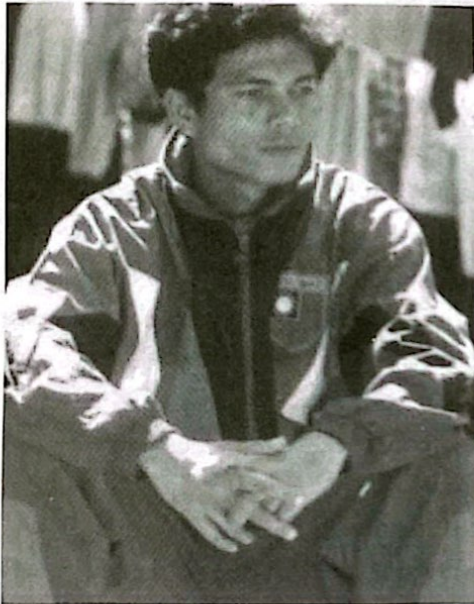
ပုလဲဝင်း

- သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာမှု အစားကောင်းကောင်းစားနိုင်မှာပေါ့။ အစားစားနိုင်မှ အလုပ်လုပ်နိုင်မယ်။ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်လည်း နေနိုင်မှာပေါ့။
- သွားနဲ့ပတ်သက်လို့ ဘာမှ ထူးထူးခြားခြား မခံစားဖူးပါဘူး။ မနက်အိပ်ယာထနဲ့ ညအိပ်ယာဝင်ခါနီးချိန်တွေမှာရယ်၊ အစာစားပြီးတိုင်းရယ်မှာ သွားမှန်မှန်တိုက် ဖြစ်ပါတယ်။
- သွားဆရာဝန်တွေဟာ ပြည်သူလူထု သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေးအတွက် မရှိမဖြစ် အရေးကြီး လိုအပ်ပါတယ်။
- ပြည်သူလူထုကို ပြောချင်တာက သွားနဲ့ခံတွင်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဂရုစိုက်ရမှာကို မေ့လျော့ပြီး လစ်ဟင်းနေတာများရှိရင် ခုချိန်ကစပြီး ဂရုစိုက်ပါလို့ အကြံပေးချင်ပါတယ်။



အောင်မြင်ကျော်ကြား အားကစားသမားများ

သန်းတိုးအောင်



- သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးဟာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ဘဝအတွက် အရေးကြီးပါတယ်။ အထူးသဖြင့် အားကစားသမားများ သွားကိုက်သွားနာ ဖြစ်ပါက အိပ်မပျော်၍ လေ့ကျင့်ခန်း မပြုလုပ်နိုင်ခြင်း။ အစာကောင်းစွာ မစားနိုင်ခြင်းတို့ကြောင့် ကစားသမား၏ ကြံ့ခိုင်မှုစွမ်းရည်ကို ကျဆင်းစေနိုင်ပါသည်။ သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါဟာ တစ်ခါတရံ အခြားသော ထိခိုက်ဒဏ်ရာများထက်ပင် အားကစားသမားများကို အနှောင့်အယှက်ပေးတတ်ပါသည်။
- အရင်တုန်းက ကျွန်တော် ကွမ်းယာစားပါတယ်။ ကွမ်းစားခြင်းကြောင့် သွားယိုင်ခြင်း၊ သွားနဲ့ခြင်း၊ သွားပုံးအရင်းများ ထုံးစားခြင်းတို့ကြောင့် ကွမ်းယာဖြတ်ထားပါတယ်။ အချို့အရသာ လွန်ကဲတာတွေကို လုံးဝမစားပါ။
- ဘောလုံးသမားဘဝမှာ သွားကိုက်ပြီး အိပ်မရလို့ နောက်တစ်နေ့မှာ လေ့ကျင့်ခန်းမလုပ်နိုင်တာမျိုးတွေ ရှိခဲ့ဖူးပါတယ်။
- 'အာရောဂျံ၊ ပရမံ၊ လာဘံ' ဆိုတဲ့စကားလည်း ရှိတာပဲလေ။ သွားနှင့်ခံတွင်းဟာ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ အရေးကြီးတဲ့အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်လို့ အထူးပဲဂရုစိုက်သင့်ကြောင်း ပြောလိုပါတယ်။

မိုးသူအောင်

- လူတစ်ယောက်ရဲ့ဘဝအတွက် သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးဟာ အရမ်းကို အရေးကြီးပါတယ်။
- အရေးကြီးတာတွေ သိပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သူများတွေလိုတော့ အရမ်းကြီးဂရုမစိုက်ဖြစ်ပါဘူး။ မနက် တစ်ခါနဲ့ ညအိပ်ခါနီး တစ်ခါ သွားတိုက်တယ်။ အမာတွေ အရိုးတွေကိုတော့ သွားနဲ့မကိုက်ဘူး။ သွားပဲ့မှာ ကြောက်လို့။
- သွားနဲ့ ပတ်သက်ခံစားဖူးပါတယ်။ အဓိကကတော့ သွားပိုး စားဖူးတာပါပဲ။ အချို့အရမ်းကြိုက်တော့ ခဏခဏ သွားပိုးစားတာ ဖြစ်တယ်။ သွားဖာရတယ်။ အခုတော့ ဘယ်ဘက်အံသွားတစ်ချောင်းကိုတော့ အစွပ်စွပ်ထားလိုက်ရပြီ။ အမြစ်ဖြတ်ပြီး စွပ်ထားရတာပါ။
- သွားကို ဂရုစိုက်စေချင်ပါတယ်။ ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ သွားရောဂါ ဖြစ်လာရင် တခြားရောဂါတွေလို မဟုတ်ဘူး။ ခံရတာအရမ်းဆိုးတယ်။ အဲဒီလိုမဖြစ်အောင် အစကတည်းက သွားကို ဂရုစိုက်သင့်ပါတယ်။ တကယ်လို့ သွားရောဂါတစ်ခုခုဖြစ်ရင် ဆေးခန်းကို သွားပြီးပြသသင့်ပါတယ်။ ရောဂါသေးတုန်းကတော့ အကောင်းဆုံးပဲလို့ ထင်ပါတယ်။



သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးက အရမ်းအရေးကြီးပါတယ်။ ကျွန်တော်ကတော့ သွားနှင့်ခံတွင်းကို အရမ်းဂရုစိုက်ပါတယ်။
 မနက် တစ်ကြိမ်၊ ညအိပ်ယာဝင် တစ်ကြိမ် သန့်ရှင်းရေးလုပ်ပါတယ်။ သွားပိုးစားတုန်းက တော်တော်ခံခဲ့ရတယ်။
 အဲဒီနောက်ပိုင်းမှ သွားကို ပိုဂရုစိုက်လာတယ်။ ကျွန်တော့်ကို အားပေးတဲ့ ပရိတ်သတ်ကြီးကို
 ကျွန်တော် တစ်ခုပြောချင်ပါတယ်။ လူတစ်ယောက်ရဲ့ သွားနှင့် ခံတွင်းက တော်တော် အရေးကြီးပါတယ်။
 အစဉ်အမြဲ ဂရုစိုက်ဖို့လိုပါတယ်။ သွားနှင့်ခံတွင်း တစ်ခုခုဖြစ်လာပြီဆိုရင်
 နီးစပ်ရာ သွားဆေးခန်းမှာ သွားပြစေချင်ပါတယ်။
 ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

အောင်အောင်ဦး

မျိုးလှိုင်ဝင်း



ကျွန်တော်တို့လို ဘောလုံးသမားများအဖို့ အခြားခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းထက် ခြေထောက်၊ လက်၊ ခါးနှင့် ဦးခေါင်းပိုင်းဆိုင်ရာ ထိခိုက်နာကျင်မှုကို ခံစားရနိုင်မှု ဝေဒနာများအတွက် ပိုမိုကြိုတင်စောင့်ရှောက်ရမည်ဟု အပေါ်ယံအားဖြင့် ဆိုနိုင်သော်လည်း ယင်းတို့မည်မျှပင် ဒေါင့်ဒေါင့်မြည် ကျန်းမာပါစေ။ အခြားသော အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုခု နာကျင်မှုဝေဒနာဖြစ်နေပါက မည်သို့မျှ လှုပ်ရှားကစားနိုင်မည်မဟုတ်ပေ။

ကျွန်တော်သည် ငယ်စဉ်ကတည်းက ဘောလုံးအားကစားကို တစိုက်မတ်မတ် လေ့လာလိုက်စား ကစားခဲ့ပြီး နှစ်ပေါင်းများစွာ နိုင်ငံလက်ရွေးစင်ဘောလုံးသမားအဖြစ်သာမက ယနေ့အထိ မိခင်ဘဏ္ဍာ/အခွန်ကလပ်အသင်းအတွက် ပါ ဘောလုံးပွဲပေါင်းများစွာ ကစားလျှက်ရှိနေပြီဖြစ်၍ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်း တော်တော်များ

များတွင် ထိခိုက်ဒဏ်ရာမျိုးစုံကို မကြာခဏခံစားခဲ့ဖူးပါသည်။ ကျွန်တော်ခံစားခဲ့ရဖူးသော ရောဂါဝေဒနာများအနက် သွားနှင့်သက်ဆိုင်သောဝေဒနာမှာ အတော်ပင် ခံရခက်သည်ဟု ဆိုချင်ပါသည်။

ကျန်ခမ်းသွားသော အားအင်များအတွက် အစာအာဟာရများများ မှီဝဲစားသုံးရသည့် ကျွန်တော်တို့လို အားကစားသမားများအနေဖြင့် သွားနှင့်ခံတွင်းဆိုင်ရာ ရောဂါဝေဒနာတစ်ခု ခံစားနေရပါက အခြားသူများထက် ဒုက္ခရောက်ရလေ့ရှိပါသည်။ တစ်ခါက လက်ရွေးစင်ကိုယ်စားပြု အရေးကြီးသော နိုင်ငံတကာပွဲတစ်ခု ကစားရန် တစ်ရက်အလိုတွင် ကျွန်တော်သည် သွားကိုက်သည့်ဝေဒနာ အကြီးအကျယ် ခံစားနေရရာ အစာလည်းကောင်း၊ စွာမစားနိုင်ဘဲ ဆန်ပြုတ်နှင့် ဖျော်ရည်များသာ သောက်နေခဲ့ရသည်။ ပွဲကစားသည့် အချိန်တွင် လူက Fit မဖြစ်ဘဲ ဝေဒနာကြောင့် ကွင်းထဲတွင် ပုံမှန် ခြေစွမ်းမရခဲ့၍ လူစားလဲခံလိုက်ရသည်။ ပွဲတိုင်းကို အနိုင်ရချင်သော စိတ်ရှိသည့်ကျွန်တော်သည် ထိုနေ့ကပွဲတွင် ကောင်းစွာ မကစားနိုင်ခဲ့ရုံသာမက ကျွန်တော်တို့အသင်းမှာ ရှုံးနိမ့်ခဲ့ရသည့် အတွေ့အကြုံဆိုးကို ခါးသီးစွာ ခံစားခဲ့ရဖူးပါသည်။ ထိုပွဲအပြီးတွင် သွားဆရာဝန်ဆီ ချက်ချင်းပြေးပြန်ခဲ့ရပြီး ကျွန်တော့်ဝေဒနာကို ကုစားခဲ့ရသည်။

ကျွန်တော့်ကို ကုသပေးခဲ့သော သွားဆရာဝန်ကြီးက ‘နောက်ထပ် သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါ မဖြစ်ပွားရအောင် အစာစားပြီးတိုင်း သွားကို စနစ်တကျတိုက်ဖို့ သွားနှင့်ခံတွင်းကို အမြဲတမ်း သန့်ရှင်းအောင်ထားသည့် အကျင့်လုပ်ဖို့၊ မာလွန်းသော အစားအစာများကို ရှောင်ကြဉ်ဖို့၊ အထူးသဖြင့် သွားနှင့်ခံတွင်းကို ထိခိုက်စေသော ကွမ်းယာနှင့်ဆေးလိပ်ကို လုံးဝရှောင်ကြဉ်ဖို့ အသေးစိတ် ပညာပေး မှာကြားခဲ့ပါသည်။’

သို့ဖြစ်ရာ ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေးအတွက် အာဟာရဖြစ်သော အစားအသောက်များကို စားနိုင်ဖို့ရာ သွားနှင့်ခံတွင်း ရောဂါတစ်စုံတရာမရှိမှ ဖြစ်နိုင်၍ လူတစ်ယောက်အတွက် သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါဝေဒနာ ကင်းရှင်းရေးသည် အခြားခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းများ ဝေဒနာကင်းရှင်းရေးထက် အနည်းငယ် ပိုအရေးကြီးသည်ဟု ကျွန်တော်ထင်မြင်ယူဆပါသည်။ လူတိုင်း သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါဝေဒနာအပါအဝင် အခြားသော ရောဂါဝေဒနာများ ကင်းရှင်းပြီး ကျန်းမာပျော်ရွှင်နိုင်ကြပါစေဟု ဆုတောင်းမေတ္တာပို့သလျက်



သွားတုပညာ ကျွမ်းကျင်မှု သင်တန်းကျောင်း

-သွားတုပညာ

ကျွမ်းကျင်မှုသင်တန်းကျောင်းကို
၁၉၆၉ခုနှစ်မှ စတင်၍
ကိုလံဘိုစီမံကိန်းအစီအစဉ်ဖြင့်
သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးကောလိပ်၌
စတင်ဖွင့်လှစ်ခဲ့ပါသည်။

-သင်တန်းကာလမှာ သုံးနှစ်ဖြစ်၍
တစ်နှစ်လျှင် ၁၀ဦးခန့်
လက်ခံသင်ကြားပေးပါသည်။

-သွားတုပညာ ကျွမ်းကျင်မှု
သင်တန်းကျောင်း၏
ပထမဦးဆုံးကျောင်းအုပ်မှာ
ဆရာကြီးဦးသောင်းတင်ဖြစ်၍
ယခုလက်ရှိကျောင်းအုပ်မှာ
ဆရာကြီးဦးမြင့်ဆွေ ဖြစ်ပါသည်။

-ယနေ့အထိ

သွားတုပညာကျွမ်းကျင်မှုသင်တန်းကျောင်းမှ
သွားတုပညာကျွမ်းကျင်သူ (၁၁၄)ဦးကို
အောင်မြင်စွာ မွေးထုတ်နိုင်ခဲ့ပြီး
ဒီပလိုမာလက်မှတ်များ
အပ်နှင်းနိုင်ခဲ့ပါသည်။



သွားကျန်းမာရေး ဆရာမ သင်တန်းကျောင်း

-ကျောင်းများဆိုင်ရာ သွားကျန်းမာရေးဆရာမသင်တန်းကျောင်းကို ၁၉၇၂ခုနှစ် ဩဂုတ်လ ၁၅ရက်နေ့တွင် ရန်ကုန်သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကောလိပ်၌ စတင်ဖွင့်လှစ်ခဲ့ပါသည်။

-ပထမဆုံးသင်တန်းတာဝန်ခံမှာ ဆရာမ ဒေါ်မာရီကလေးဖိုးဖြစ်သည်။

-၁၉၉၃ခုနှစ်တွင် လုပ်ငန်းခွင်အတွင်းမှ အရပ်ဘက်နှင့် တပ်ဘက်သူနာပြုများကို သွားကျန်းမာရေးအထူးသူနာပြု သင်တန်းကျောင်းအမည်ဖြင့် တစ်နှစ်ခွဲသင်တန်းအဖြစ် ဖွင့်လှစ်ခဲ့ပါသည်။

-ကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီးမှာ ဆရာမ ဒေါ်သန်းညွန့်လွင် ဖြစ်သည်။

-ထိုမှတစ်ဖန် ၁၉၉၉ ခုနှစ်တွင် အခြေခံပညာအထက်တန်း အောင်မြင်ပြီးသူများကို လက်ခံပြီး သွားကျန်းမာရေးဆရာမသင်တန်းကျောင်း အဖြစ် သုံးနှစ်သင်တန်းများ ပို့ချခဲ့ပါသည်။

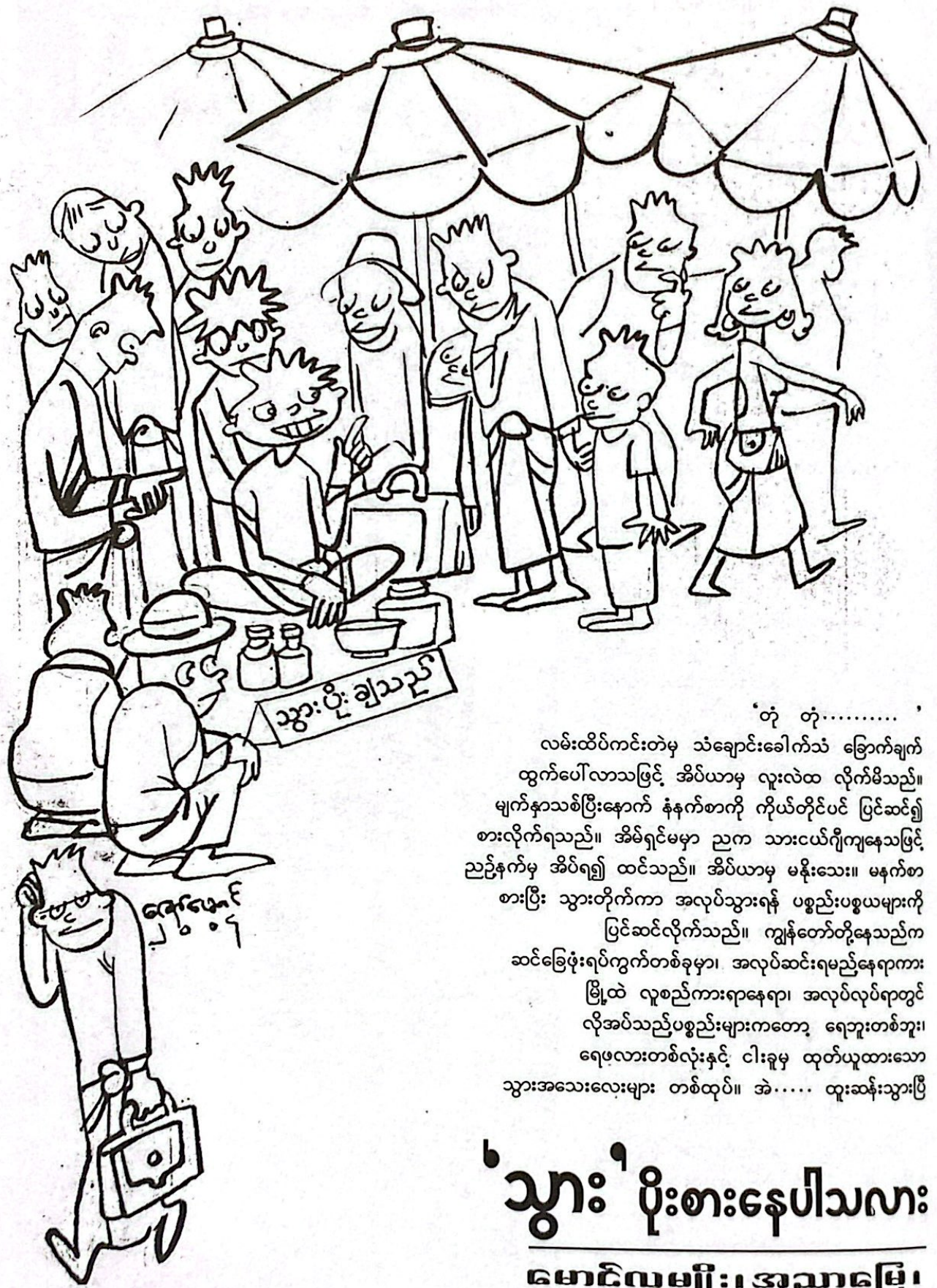
-၂၀၀၂ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလအထိ သွားဘက်ဆိုင်ရာ သူနာပြုဆရာမ ၁၀၅ယောက်အား မွေးထုတ်နိုင်ခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။

-၂၀၀၂ ခုနှစ် ဇူလိုင်လတွင် သွားကျန်းမာရေးဆရာမသင်တန်းကျောင်းအား သွားကျန်းမာရေးသူနာပြုစုမှုဌာနအဖြစ် တိုးမြှင့်ခဲ့ပြီး သူနာပြုတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်သို့ ပြောင်းရွှေ့ခဲ့ပါသည်။

-ယခုလက်ရှိ ဌာနမှူးတာဝန်ခံ ဆရာမမှာ ဆရာမဒေါ်နော်ငွေလာ ဖြစ်ပါသည်။

-အခြေခံပညာအထက်တန်းအောင်မြင်ပြီး၍ သူနာပြုတက္ကသိုလ်မှတစ်ဆင့် တက်ရောက်လာသော သူနာပြုများမှ သွားဘက်ဆိုင်ရာသူနာပြုများအား အောင်မြင်စွာ မွေးထုတ်ပေးလျက် ရှိပါသည်။





‘တုံ တုံ.....’

လမ်းထိပ်ကင်းတဲမှ သံချောင်းခေါက်သံ မြောက်ချက်
ထွက်ပေါ်လာသဖြင့် အိပ်ယာမှ လူးလဲထ လိုက်မိသည်။
မျက်နှာသစ်ပြီးနောက် နံနက်စာကို ကိုယ်တိုင်ပင် ပြင်ဆင်၍
စားလိုက်ရသည်။ အိမ်ရှင်မမှာ ညက သားငယ်ရှိကျနေသဖြင့်
ညဉ့်နက်မှ အိပ်ရ၍ ထင်သည်။ အိပ်ယာမှ မနိုးသေး။ မနက်စာ
စားပြီး သွားတိုက်ကာ အလုပ်သွားရန် ပစ္စည်းပစ္စယများကို
ပြင်ဆင်လိုက်သည်။ ကျွန်တော်တို့နေသည်က
ဆင်ခြေပုံးရပ်ကွက်တစ်ခုမှာ၊ အလုပ်ဆင်းရမည့်နေရာကား
မြို့ထဲ လူစည်ကားရာနေရာ၊ အလုပ်လုပ်ရာတွင်
လိုအပ်သည့်ပစ္စည်းများကတော့ ရေဘူးတစ်ဘူး၊
ရေဖလားတစ်လုံးနှင့် ငါးခုမှ ထုတ်ယူထားသော
သွားအသေးလေးများ တစ်ထုပ်။ အဲ..... ထူးဆန်းသွားပြီ

‘သွား’ ပိုးစားနေပါသလား

မောင်လှမျိုး၊ အညာမြေ၊

အခုလို တိုးတက်နေတဲ့
ခေတ်ကြီးမှာ
ခင်ဗျား အလုပ်က
ထမင်းတောင်
စားရပါ့မလားလို့
အထင်မသေးလိုက်ပါနဲ့
'ငါတို့က ဘာမဆို
လက်တွေ့မှယုံမှာ'
ဆိုတဲ့ သူတွေ
ရှိနေသရွေ့
ကျွန်တော်တို့လည်း
အလုပ်ဖြစ်နေမှာပဲ

ထင်တယ်။ ကျွန်တော် ဘာလုပ်တယ်ဆိုတာ မိတ်ဆွေ သိချင်သွားရောပေါ့။ နောက်ထပ် လိုအပ်တဲ့ ပစ္စည်းတစ်ခုကို ပြောလိုက်လျှင်တော့ ကျွန်တော့်အလုပ်ကို အားလုံး သိသွားကြပါ လိမ့်မယ်။ အဲဒါကတော့ စက္ကူကဒ်ပြားပေါ်မှာ စာလုံးမဲ့နဲ့ ထင်ရှားအောင် ရေးပြီး ပလတ်စတစ် ကဒ်လောင်းထားတဲ့ ကဒ်ပြားဆိုင်ဘုတ်ကလေး တစ်ခု။ အဲဒီအပေါ်မှာ ရေးထားတဲ့စာက 'သွားပိုး ချသည့်' တဲ့။ ကိုင်း ဒီလောက်ဆို ကျွန် တော့်အလုပ်ကို သိလောက်ရောပေါ့။

အခုလို တိုးတက်နေတဲ့ခေတ်ကြီးမှာ ခင်ဗျား အလုပ်က ထမင်းတောင်စားရပါ့မလားလို့ အထင် မသေးလိုက်ပါနဲ့။ 'ငါတို့က ဘာမဆိုလက်တွေ့မှ ယုံမှာ' ဆိုတဲ့သူတွေ ရှိနေသရွေ့ ကျွန်တော်တို့ လည်း အလုပ်ဖြစ်နေမှာပဲ။ ကျွန်တော် အလုပ် လုပ်ပုံ နည်းနည်းလောက် ဖောက်သည်ချရလျှင် ပထမဆုံး လူစည်ကားရာ ဈေးတို့၊ လမ်းဆုံ လမ်းခွကွေမှာ ဆိုင်းဘုတ်နဲ့ ပစ္စည်းပစ္စယတွေချ။ နောက်တော့ 'လူကြီးမင်းတို့ သွားများ ပိုးစား

နေပါသလားခင်ဗျာ၊ ကျွန်တော်က လူကြီးမင်းတို့ရဲ့သွားထဲက ပိုးတွေကို လက်တွေ့ချပေးတဲ့သူပါ။ မယုံလျှင် လက်တွေ့စမ်းသပ်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။ သွားပိုးတွေ ကျမလာဘူးဆိုလျှင် ပိုက်ဆံတစ်ပြားမှ မပေးပါနဲ့' ဘာညာ ပေါ့ဗျာ။ အပြောကောင်းလျှင်ကောင်းသလိုပါပဲ။ အဲ- လူ့စိတ်ဆိုတာ အဆန်း တကြယ်ဆိုလျှင် တယ်ပြီး စိတ်ဝင်စားတတ်တယ် မဟုတ်လား။ 'အမဲ တစ်ကောင်' (ရိုင်းသွားလျှင်တော့ ခွင့်လွှတ်ပါမိတ်ဆွေ) လာပြီး စမ်းသပ် တော့မယ်ဆိုတာနဲ့ ပူရှိန်းရှိန်းလေးဖြစ်အောင် ပရုတ်နဲ့ လေးညှင်းဆီလေး နည်းနည်းထည့်ထားတဲ့ ရေနဲ့ ပလုတ်ကျင်းခိုင်း။ အဲ- ပြီးတော့ ဖလားထဲကို ထွေးထည့်ခိုင်းလိုက်တယ်။ အဲဒီလို ထွေးလိုက်တဲ့အချိန်မှာပဲ သွားပိုးအဖြစ် သရုပ်ဆောင်တဲ့ ငါးခွသွားကလေးတွေ (တခြား သွားပိုးချတဲ့သူတွေ ဘာ သုံးလဲမသိ) ဖလားထဲ ရောက်အောင် ထည့်လိုက်ရတယ်။ ပြီးတော့မှ 'ကဲ- တွေ့ပြီလား၊ ဒီမှာ ခင်ဗျားသွားကို စားနေတဲ့ပိုးတွေပေါ့လို့ ဆိုပြီး ပြလိုက် တာပေါ့။

ကျွန်တော့်အလုပ်အကြောင်းပြောပြလိုက်တော့ မိတ်ဆွေတို့က ကျွန်တော့် ကို လူလိမ်လို့ ပြောကြမှာပဲ။ မတတ်နိုင်ဘူးလေ။ အမှန်တော့ လိမ်တာပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ 'စိတ်သာလျှင် အဓိကလို့ မြတ်စွာဘုရားတောင် ဟောကြားတော်မူ ခဲ့သေးတာပဲ။ ကျွန်တော် လိမ်လိုက်ပေမယ့် သွားပိုးချလိုက်တဲ့လူကတော့ သူ့သွားပိုးတွေ တကယ်ကျသွားပြီဆိုပြီး ဝေဒနာတော့ အနည်းနဲ့ အများ သက်သာလျှင်လည်း သက်သာသွားမှာပေါ့လေ။ ပြီးတော့ ကျွန်တော် သုံး တာက လူကို ဥပါဒ်ဖြစ်စေတဲ့ ပစ္စည်းတွေမှ မပါတာပဲ။

ဟူး...လူခေါ်ရ၊ သွားပိုးချပေးရနဲ့ တစ်ယောက်တည်း မောသွားတာပဲ။ ဘယ်အချိန်တောင် ရှိနေပြီလဲ မသိဘူး။ ဟင်- နှစ်နာရီတောင် ထိုးနေပြီ။ ဒီနေ့အတွက်လဲ နေ့တွက်ကိုက်နေပြီဆိုတော့ စောစောအလုပ်သိမ်းပြီး ပြန်မှပဲ။ အိမ်က သားအငယ်ကောင် ညက သွားကိုက်နေလို့ ငိုလိုက်တာ။ သူ့အမေ မနည်းချောသိပ်ထားရတယ်။ ဒီကောင်ကလည်း ဒီကောင်ပဲ။ အချို့တွေစား၊ သကြားလုံးတွေ ငုံထားပြီး သွားတိုက်ရမှာတော့ ပျင်းတယ်လေ။ အမေနဲ့ တူတဲ့အကူတွေ နေမှာပေါ့။ အဲဒါ ဒီနေ့တော့ စောစောပြန်ပြီး လမ်းထိပ်က သွားဆေးခန်းမှာ သွားပြရဦးမယ်။ အရင် အကြီးကောင် ငယ်သွားတွေလဲ တုန်းကလည်း အဲဒီသွားဆေးခန်းမှာပဲ ပြနေကျဆိုတော့ ဆရာဝန်လေးနဲ့လည်း တော်တော်ရင်းနှီးနေပြီ။ ဒါကြောင့် မနက်တုန်းက နံနက်စာ စားပြီးမှ သွား တိုက်တာပေါ့။ အကြောင်းမသိရင်တော့ ကျွန်တော့်ကို ညစ်ပတ်တယ်လို့ ထင်မှာပဲ။ တကယ်တော့ သွားဆရာဝန်လေး ပြောပြထားလို့ ကျွန်တော် ညအိပ်ယာဝင်တိုင်း သွားတိုက်ပြီးမှ အိပ်တယ်လေ။ သွားတိုက်တဲ့အခါလည်း နည်းစနစ်မှန် သွားတိုက်နည်းနဲ့ အပေါ်အောက် တိုက်တယ်လေ။ အံ့မယ် မိတ်ဆွေက ဘာပြုံးတာလဲ။ ကျွန်တော် သိပါတယ်။ ခင်ဗျား အပြုံးက မဲ့ပြုံးကြီးပဲဟာ။ ဒါနဲ့ မိတ်ဆွေရော သွားပိုးစားတာတွေရှိရင် တစ်ခါတည်း သွားပိုးချသွားပါလား။ ကျွန်တော် ပိုက်ဆံ မယူပါဘူး။ ဟဲ ဟဲ ဟဲ။ ■ (မှတ်ချက်။ ယခုအချိန်တွင် သွားပိုးချသူများ ရှိသေးသလား၊ မရှိတော့ ဘူးလား ဆိုသည်ကို ကျွန်တော် မငြင်းလိုပါ။ အခြားသူများ ဘာတွေကို သွားပိုးအဖြစ် သုံးသလဲဆိုတာကိုလဲ သေချာစွာ မသိပါ။ ကြားဖူးနားဝ ရှိသည်များကို အခြေခံ၍ စာမူတစ်ပုဒ်ဖြစ်အောင် စာတည်းအဖွဲ့ကို ရိုက်စား လုပ်လိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။)

မောင်လှမျိုးအညာမြေ၊



ခုကာလမှာ ဂျာနယ်မဂ္ဂဇင်းတွေက အလွန်များသဖြင့်
ပေးစရာ စာမူကြွေးတွေကလည်း ဆပ်လို့ အလျဉ်မမီလောက်အောင်ပင်
ဖြစ်၏။ ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံတွေအပေါ်မှာ တင်ရှိနေတဲ့ နိုင်ငံခြားကြွေးမြီတွေလိုပါပဲ။
လျော့သွားတယ် မရှိဘဲ တိုးလို့သာ ဝန်ပိလာလေသည်။
စာမူလာတောင်းတဲ့ လူတွေကို အထူးကုဆရာဝန်ကြီးတွေ၊ ဒါမှမဟုတ်
ဗေဒင်လက္ခဏာဆရာတွေလိုသာ ဆရာနဲ့တစ်ခါတွေရင် ဘယ်လောက်ဆိုပြီး
တောင်းလို့ရလျှင် အတော်ဟန်ကျမည်။ သို့ရာတွင် ကျွန်တော့်မှာတော့
စာမူမပေးနိုင်လို့ အားနာပြီး လက်ဖက်ရည် ပြန်တိုက်လိုက်ရတာသာ များသည်။
ကြွေးထူရတဲ့ကြားထဲ မီးကင်းကြွေးက လာကောက်သေးဆိုတာမျိုးပါပဲ။
နှစ်လေးဆယ်မြောက် သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်မဂ္ဂဇင်းအတွက်
စာမူချီးမြှင့်ပါရန်တဲ့။
ဒီကိစ္စနဲ့ ပတ်သက်လို့ကတော့ အိမ်ကမိန်းမကိုပဲ အပြစ်တင်ရပေတော့မည်။
သူက ဒီကျောင်းမှာ စာကြည့်တိုက်မှူး လုပ်နေတာကိုး။ ကျောင်းက
ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း စာကြည့်တိုက်မှူးမို့လို့ မဂ္ဂဇင်းကိစ္စနဲ့
သင့်လျော်ပတ်သက်တယ်လို့ ယူဆလို့ပဲလား။ စာမူတောင်းလို့
ကောင်းအောင်ပဲလားတော့မသိ။ သူ့ကိုပါ မဂ္ဂဇင်းကော်မတီထံ
ဆွဲထည့်ထားသည်ဆို၏။ ကဲ...ဒီတော့ ကျွန်တော့်ခမျာ
ဘယ်ပြေးလို့လွတ်ပါတော့မလဲ။
ဒီတော့ စာမူတစ်ပုဒ်ကို မဖြစ်ဖြစ်အောင် ရေးပေးရတော့မည်။

အနုပညာ

မင်းလှ

တော်ကြာ အချိန်မီ မပေးနိုင်လို့ မိန်းမက စိတ်
ကောက်ပြီး ရိက္ခာဖြတ်ထားလျှင် ခက်မည်။

ဘာရေးပေးရ ကောင်းမလဲတွေးရင်း အကြံ
တစ်ခု ရသည်။ ဟာသအတိုအထွာကလေးတွေ
စဉ်းစားမိတဲ့အခါ တေးမှတ်ထားခဲ့တာ ရှိသည်။
ဒီထဲက ဆေးလောကနဲ့ ပတ်သက်တာ၊ သွား
လောကနဲ့ ပတ်သက်တာလေးတွေ ရွေးထုတ်
သည်။ နောက်ထပ်စိတ်ကူးရတာတွေပါ ပေါင်း
ပြီး ရေးလိုက်ပါသည်။

ဖတ်ဖူးကြားဖူးခဲ့တာကို ဆင့်ပွားခံစားထား
ခြင်းမျိုး တစ်ပုဒ်တလေ ပါကောင်းပါနိုင်တာ
ကလွဲလို့ အများစုမှာ ကျွန်တော်၏ ကိုယ်ပိုင်
အတွေး ကိုယ်ပိုင်အရေးများသာ ဖြစ်ပါသည်။
နှစ်သက်ကြလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ပါသည်။
တကယ်လို့ သိပ်အကြိုက်မတွေ့ကြဘူးဆိုလျှင်
လည်း ‘မကောင်းကျောင်းပို့’ ဆိုသော သဘော
မျိုးတော့ မဟုတ်ရပါကြောင်း ကျောင်းသား
ကျောင်းသူအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့... ။

- ၁ -

‘သွားတစ်ချောင်းစိုက်ရင် ဘယ် လောက်
ကုန် ကျနိုင်သလဲဆရာ’

ဟု လူနာက မေးသောအခါ ဆရာဝန်က
ပြန်ဖြေသည်။

‘ခန့်မှန်းခြေ တစ်သောင်းလောက်တော့
ကျနိုင်ပါတယ်’ လူနာသည် အံ့သြသွားသည်။
ပြီးမှ ဝမ်းသာအားရလေသံဖြင့်-

‘ဟာ... ဟုတ်လား၊ ကျွန်တော့်ပါးစပ်ထဲ
မှာ ငွေသုံးသိန်း နှစ်သောင်းတန်တဲ့ ပစ္စည်းတွေ
ရှိတယ်ဆိုတာ ခုမှပဲ သိရတော့တယ် ဆရာရေ’

- ၂ -

သွားအထူးကုဆေးခန်းသို့ အမျိုးသမီးတစ်
ယောက်က ဖုန်းလှမ်းဆက်ပြီး ပြောသည်။

‘ကျွန်မယောက်ျား သွားအရမ်းကိုက်နေလို့
သွားနုတ်ချင်ပါတယ်။ အဲဒါ ကြိုတင်စာရင်းပေး
ထားချင်လို့ပါ’

ဆေးခန်းတာဝန်ခံက-

‘ဟုတ်ကဲ့၊ ရပါတယ်ခင်ဗျာ။ အားလုံး
အဆင်သင့် ပြင်ထားပါ့မယ်’

‘ဒါနဲ့ ရှင်တို့ဆေးခန်းက ချေးကြီးသလား’

‘မကြီးပါဘူးခင်ဗျာ၊ ပြီးတော့ အစ်မကြီးတို့
သိပ်ကံ ကောင်းပါတယ်။ ဒီနေ့ ဆေးခန်းဖွင့်တာ
သုံးနှစ်ပြည့်တဲ့ အထိမ်းအမှတ်နဲ့ သုံးဆယ်ရာခိုင်
နှုန်း လျှော့ယူပါ့မယ်’

‘တကယ်ပြောတာနော်၊ နောက်တော့မှ
ပိုမတောင်းနဲ့’

‘စိတ်ချပါခင်ဗျာ၊ ဒါနဲ့ အစ်မကြီးရဲ့ နာမည်
လေး တဆိတ်လောက် ပြောပါဦး’

တစ်ဘက်မှ ဖြေသံကို ကြားရသောအခါ
ဆေးခန်း တာဝန်ခံမှာ ‘ဟိုက်ခနဲ’ ဖြစ်သွားရ
လေသည်။ ဖုန်းဆက် အကြောင်းကြားသူ အမျိုး
သမီးရဲ့နာမည်က ‘စူဠသုဘဒ္ဒါ’ တဲ့။

- ၃ -

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ကြီးတစ်ဦး
သည် အလုပ်အလွန် လုပ်သူဖြစ်၏။ အိမ်ထောင်
လည်းမပြု၊ ဂေါက်သီးလည်းမရှိ၊ အသောက်
အစား အပျော်အပါး ဝါသနာ မပါ။ တခြား
ဘာကိုမှလည်း စိတ်မဝင်စားဘဲ အလုပ်ကိုသာ
စွဲလမ်းနေသည်။ နေ့နေ့ညည ဆေးခန်းထဲမှာ
သာ အချိန်ကုန်သည်။ သူ့ဆံပင်များသည်

၆
သံလေး
တစ်ချောင်း
တောင်
ရအောင်
မနုတ်နိုင်
ဘူးလား
ဒါကြောင့်
ရှင့်ဆေးခန်း
မအောင်မြင်
တာပေါ့

၇

အလွန်ရှည်လျားနေပြီး မျက်နှာကို ဖုံးအုပ်လာသည်။ အလုပ်မှာ အနှောင့်အယှက်ဖြစ်လာတော့မှပင် ဆံပင်ညှပ်ဖို့ သတိရလာတော့သည်။

ထို့ကြောင့် သူသည် ဆံပင်ညှပ်ဆိုင်သို့ သွားသည်။ ထိုင်ခုံပေါ် တက်ထိုင်ပြီးနောက် အကျင့်ပါနေသောကြောင့် ကျောမှိုကို နောက်လှန်ချဖို့ ခလုတ်ကို လိုက်ရှာနေသည်။ ထိုစဉ်မှာပင် ဆံသဆရာက သူ၏ ရှည်လျားသော ဆံပင်များကို ကတ်ကျွေးနှင့် ညှပ်မည်ပြုသည်။ ထိုအခိုက် ဆရာဝန်ကြီးက-

‘ဟေ့-ဟေ့- ထုံဆေးဖျန်းဦးလေကွာ’
ဟု အလန့်တကြား အော်လိုက်၏။



-၄-

တောသူဌေးကြီးတစ်ယောက်သည် သွားနှင့် ခံတွင်း အထူးကုဆေးခန်းထဲ ဝင်လာပြီး-

‘ကျုပ် သွားစိုက်ချင်လို့ဗျို့’ ဟုပြောသည်။
ဆေးခန်းတာဝန်ခံက ပျူငှာသောလေသံဖြင့်-

‘ဟုတ်ကဲ့ ရပါတယ်ခင်ဗျာ။ ကျွန်တော်တို့ ဆီမှာ သွားတုမျိုးစုံ လုပ်လို့ရပါတယ်။ ကြွေးသွား၊ ပလပ်စတစ်၊ သတ္တု၊ စတီးလ်..... ပြီးတော့’

တောသူဌေးကြီးက လက်ကာပြလိုက်ပြီး နောက်-

‘ကျုပ်က ရွှေသွားစိုက်ချင်တာဗျ’

‘ရွှေသွား ဟုတ်လား၊ ဟာ သိပ်ကောင်း တာပေါ့ခင်ဗျာ။ ကျွန်တော်တို့ အသက်သာဆုံးနဲ့ အခိုင်ခံဆုံး လုပ်ပေးပါမယ်’

‘နေဦး ကျုပ်တစ်ခုမေးဦးမယ်။ ဆယ့်ငါးပဲ ရည်နဲ့ လုပ်မယ်ဆိုရင် အလျော့တွက် လက်ခဲ ဘယ်လောက် ပေးရမှာလဲ’

-၅-

လူနာအမျိုးသမီးကြီးတစ်ဦးသည် အကြောက်လွန်ပြီး ပါးစပ်ကို ဖုတ်ထားသဖြင့် သွားဆရာဝန်မှာ အခက်တွေ့နေရ၏။

‘ပါးစပ်ဟာမပြတ်နဲ့ အစ်မကြီးရဲ့သွားတွေကို ဘယ်လိုလုပ် စစ်ဆေးလို့ရမှာလဲ၊ ဘာမှ မကြောက်ပါနဲ့၊ လုံးဝ မနာစေရပါဘူး’

ဟု ဖြောင်းဖျပြောဆိုသော်လည်း မရဘဲ ပါးစပ်ကို အတင်းပိတ်ထား၏။ ဆရာဝန်သည် လူနာအမျိုးသမီးကြီး ပါးစပ် ဟလာအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရပါ့မလဲ အကြံအစီအစဉ်နေရာမှ စိတ်ကူးတစ်ခု ရလာပြီး

‘ဒါနဲ့အစ်မကြီးရေ၊ ဒီနေ့ ထိပ်စီးဂဏန်း ဘာကောင်းသလဲဗျ’

ဟု ရုတ်တရက် မေးလိုက်တော့မှ အမျိုးသမီးကြီးက

‘ငါး’ ဟုရေရွတ်လိုက်သည်။ ဆရာဝန်လည်း သွားတွေကို စစ်ဆေးကြည့်ခွင့် ရသွားလေသည်။

-၆-

ဆရာဝန်က လူနာ၏သွားကို စစ်ဆေးကြည့်ပြီးနောက်

‘ခင်ဗျားရဲ့သွားက အမြစ်တွေပါ ပျက်စီးနေပြီ။ နုတ်ပစ်မှ ရတော့မယ်’

‘ဟုတ်ကဲ့ ကောင်းသလိုသာ လုပ်ပါ ဆရာ’

‘ဒါဆို ရိုးရိုးနုတ်မှာလား၊ ရှယ်နုတ်မှာလား’ လူနာက အံ့သြသွားပြီး

‘ဟင်..... သွားနုတ်တာတောင် ရိုးရိုးတွေ၊ ရှယ်တွေ ရှိသေးလို့လား ဆရာ’

‘ရှိတာပေါ့ဗျ၊ ရှယ်ဆိုတော့ ထုံဆေးနဲ့နုတ်ရမှာလေ’

-၇-

လူနာ၏သွားများသည် ဝိုးစားပျက်စီး

နေရုံမက သွားဖုံးတွေကလည်း ရောဂါပိုးဝင်ပြီး အနာတွေဖြစ်နေ၏။ ထို့ကြောင့် ဆရာဝန်က

‘ခင်ဗျားရောဂါက တော်ရုံနဲ့ မရဘူး၊ အန်တီဘိုင်အိုတစ်နဲ့ ကုမှဖြစ်မယ်’

‘ဟင်..... ဒုက္ခပဲ၊ ဆရာပဲ ဖြစ်အောင် ကုပေးလို့ မရဘူးလား၊ ဆရာအဒေါ်ဆီ ပြောင်းပြီး မကုပါရစေနဲ့တော့’

ဟု လူနာက တောင်းပန်လေသည်။

(အန်တီဘိုင်အိုတစ်- Antibiotic- ပဋိဇီဝဆေး)

-၈-

သွားဆရာဝန်တစ်ယောက်သည် သူ့မှာမည် ဆိုင်းဘုတ်ချိတ်ရန်အတွက် သံရိုက်နေသည်။ မကျွမ်းကျင်သဖြင့် ရိုက်ရင်း သံက ကောက်သွားသည်။ သံကို ပြန်နုတ်ရာ အောက်ခံတိုင်က ပျဉ်းကတိုးသားဖြစ်နေသောကြောင့် နုတ်လို့ မရဘဲ ဖြစ်နေ၏။ ထိုအခါ ဘေးမှ ရပ်ကြည့်နေသော သူ့မိန်းမက ပြောသည်။

‘သံလေးတစ်ချောင်းတောင် ရအောင် မနုတ်နိုင်ဘူးလား။ ဒါကြောင့် ရှင့်ဆေးခန်း မအောင်မြင်တာပေါ့’

-၉-

သွားအလွန်ကိုက်သဖြင့် အော်ဟစ် ညည်း ညှူနေသော လူနာတစ်ယောက်သည် ဆေးခန်းသို့ ရောက်ရှိလာ၏။ ဆရာဝန်က စစ်ဆေးကြည့်ရှုပြီး

‘ဘာမှမပူနဲ့၊ ဆရာနဲ့တွေ့ရင် ယူပစ်သလို ပျောက်သွားစေရမယ်’

ဟုပြောပြီး သွားကို နုတ်ပေးလိုက်သည်။ ထို့နောက်.....

‘ဘယ်လိုလဲ၊ သက်သာသွားပြီ မဟုတ်လား’

‘ဟုတ်ကဲ့ တော်တော် ကောင်းသွားပါပြီ ဆရာ’

‘ဒီလိုပဲ ဖြစ်ရမယ်လေ၊ ဒါကြောင့် ဆရာနဲ့ တွေ့ရင် ယူပစ်လိုက်သလို ဖြစ်စေရမယ်လို့ ပြောတာပေါ့’

ဟု ဝင့်ကြားစွာ ပြောပြီးနောက် ကျသင့်ငွေ ရေးထားသော ဘီလ်စာရွက်ကို လှမ်းပေးလိုက်သည်။ လူနာသည် ဘီလ်စာရွက်ကို ကြည့်ပြီးနောက် လေသံပျော့ပျော့ဖြင့် ပြောသည်။

‘ဟုတ်ကဲ့ ယူပစ်သလိုပါပဲ ဆရာရယ်’

-၁၀-

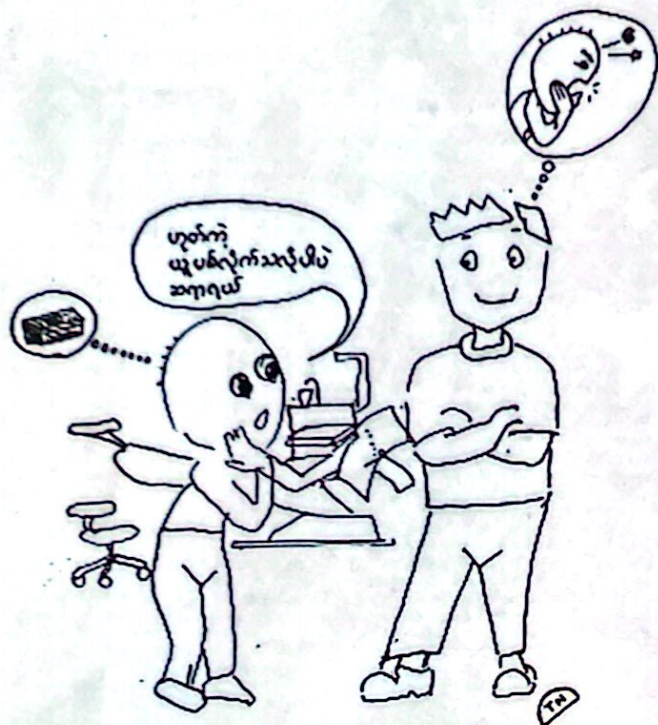
သွားဆရာဝန်က လူနာ၏သွားများကို စစ်ဆေးကြည့်ရှုပြီးနောက်

‘ခင်ဗျားရဲ့ အံသွားမှာ ပိုးစားပြီး အခေါင်းပေါက်ကြီး ဖြစ်နေတယ်’ လူနာက စိုးရိမ်သော လေသံဖြင့်

‘ဟုတ်လား၊ အခေါင်းပေါက်က တော်တော်ကြီး သလားဆရာ’

‘အင်း..... နည်းနည်းတော့ ကြီးတယ်ဗျ’

‘ဟာ..... ဒါဆို သွားဖာတဲ့ ကုန်ကျ



စရိတ် တော်တော်များမှာပေါ့နော်’

‘မပူပါနဲ့ဗျာ။ ဆေးကုသစရိတ် လုံလောက် တဲ့အပြင် ခင်ဗျားအနေနဲ့ ဆုငွေ ဒေါ်လာသန်းနဲ့ ချီးတော့တောင် ထပ်ရဦးမှာပါ’

‘ဟင် ဘာဖြစ်လို့လဲဆရာ’

‘ဘာဖြစ်လို့လဲဆိုတော့ ခင်ဗျားရဲ့ သွား အခေါင်း ပေါက်ထဲမှာ အိုစမာ ဘင်လာဒင် ပုန်းနေတယ်လေဗျာ’



မင်းလူ



၁၇၄ သွေးတက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်သင်္ဂြိုဟ် ၂၀၀၄

မိုးသည်
တပျောက်ပျောက်ကျဆင်းနေရာမှ
သည်းသည်းမည်းမည်း ရွာချလိုက်သည်။
မိုးနဲ့အတူ ရောပါလာသော လေအငွေ့မှာ
ဟိုခပ်ဝေးဝေး အဆောက်အအုံတွေရဲ့ အမိုးမှာ
မိုးရေစက်အချို့က အငွေ့ထနေသလို
ဖွာလန်ကြကာ ပြေးလွှားနေသည်။
ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုလုံး မိုးသက်လေကြောင့်
အပြင်သို့ ထွက်ကာ သွားလာနေသည့်လူ
တစ်ဦးတစ်ယောက်မှ မတွေ့ရ။ သူမ၏
စိတ်အစဉ်သည် ပြေးလွှားနေသော
မိုးပေါက်တွေလို စုစည်း၍ မရနိုင်ခဲ့။
မိုးသည် အိမ်အတွင်းမှာ ငြိမ်သက်စွာ
ထိုင်နေသော သူမကို အေးမြမှု မပေးနိုင်ခဲ့။
သူမ၏ ရင်အပူကို ဘယ်အရာက
ပျောက်ဖျက်ပေးနိုင်မှာလဲလေ။
အမှန်တကယ် အပြစ်ရှိသူသည်
သူမသာဖြစ်သည်ဟု နားလည်လိုက်ရချိန်မှာ
အရာရာဟာ နောက်ကျနေပြီ ဖြစ်သည်။
သူမကို ဘယ်တော့မှ
အပြစ်မတင်တတ်ခဲ့သော၊ အရာရာကို
သဘောထားကြီးပေးတတ်ခဲ့သော၊
သည်းခံအလျှော့ပေး အလိုလိုက်ခဲ့သော
ကိုကိုသည် ပထမဆုံးအနေဖြင့်
ဒီခေါင်းစဉ်အောက်မှ အပြစ်တင်စကား
ပြောသင့်သည်။ အရာရာသည် သူမအတွက်
အကျဉ်းအကြပ်ဖြစ်လာကာ သူမ၌
ထွက်ပေါက် မရှိခဲ့။ သူမတွေးနေတတ်ခဲ့ပြီ။
သူမ၏ ဦးနှောက်အချို့သည် တစ်ခါတစ်ရံမှာ
အသုံးချ၍ မရလောက်အောင်
ချွတ်ယွင်းနေတတ်ခဲ့ပြီ။
♦♦♦♦

နေ့လယ်ခင်းက အဖြစ်အပျက်အချို့ကို ပျောက်ဖျက်မရနိုင်စွာ။ သူမ၏
ထမင်းချိုင့်တွေ၊ ဂျူတီကုတ်နှင့် Model တွေ ထည့်ထားတဲ့
ခြင်းလေးကို သူမလက်မှ ဆွဲယူပြီး ကားထဲသို့ အရင်ထည့်နေတဲ့
မောင်ကတော့ ဘာမှ သိမည်မဟုတ်ပေ။ အရမ်းကို
စိတ်ပူပန်စိုးထိတ်သွားလျက် ကားတံခါးကို ဆွဲဖွင့်ကာ ဝင်ထိုင်ရင်း
ထိုနေရာမှ (ထိုတက္ကသိုလ်ဝင်းလေးမှ) အဝေးဆုံးသို့
ထွက်ပြေးလွတ်မြောက်ချင်နေသော သူမ၏ အဖြစ်ကို မောင်က
ဘာမှရိပ်မိလိုက်မှာ မဟုတ်ပေ။ ထာဝစဉ်
အလျှော့ပေးလိုက်လျောတတ်သော မောင်သည် သူမဘာသာ
စိတ်ရှုပ်ပင်ပန်းလို့ စောစောပြန်နားချင်သည်ဟု ယူဆကာ
အိမ်သို့ ပြန်ပို့ပေးသည်။
♦♦♦♦

လှေကားထစ်အချို့ကို နင်းတက်လျက်မှ တံခါးသော့ဖွင့်ပြီး
ဝင်လာသည်အထိ သူမ၏ ပုံစံက အရပ်ကြိုးပြတ်နိုင်နေမိသည်မှာ
မည်မျှကြာပြီ မသိလိုက်နိုင်ပြီ။ မကြာခင်မှာ ကြိုးဆွဲလာမည့်
ခေါင်းလောင်းသံလေးကို စိုးထိတ်စွာ နားစွင့်ရင်း စောင့်နေမိသည်။
တစ်နေ့နေ့ တစ်ချိန်ချိန်မှာ ဒီလိုအခြေအနေကို ရင်ဆိုင်ရမည်ဟု
သိထားပါလျက်နဲ့။ သူပြန်လာတော့မည်ဟု ဖုန်းဆက်ထားပေမယ့်
ဘန်ကောက်မှာ တစ်ပတ်နေရဦးမည်ဟု ပြောသည်။ တကယ်တော့
သူမကို surprised လုပ်ဖို့အတွက် သူမဆီသို့ ခရီးချက်ချင်း
ဆင်းခဲ့သည်တဲ့လေ။ မောင်ကို ဖွင့်ပြောဖို့ အတွေးတချို့နဲ့
မပုံမရဲစိတ်တွေ ယောက်ယက်ခတ်နေချိန်မှာ သူ ရောက်ရှိလာခဲ့ပြီ။
♦♦♦♦

သူသည် သူမ ယုံကြည်အားထားခဲ့သော၊ မြတ်နိုးခဲ့သော၊
အထင်ကြီးလေးစားခဲ့သူတစ်ယောက်၊ သူနဲ့ ဆုံဆည်းချိန်ကလည်း
သူမကို သွက်လက်သော၊ ထက်မြက်သော၊ ဉာဏ်ရှိသော၊
ခွဲကောင်းသော သူတစ်ယောက်အဖြစ် အမှတ်ထားခဲ့သည်တဲ့။
တကယ်တော့ သူသည် သူမက 'ဆရာ'ဟု ခေါ်ခဲ့ဖူးသော
သူမထက် လေးနှစ်သာ ကြီးသည့်သူတစ်ယောက်။
ဆယ်တန်းအောင်ပြီးစအချိန်၊ သူမကလည်း study guide လုပ်ရင်း
speaking, computer နှင့် စာရင်းကိုင်သင်တန်းတွေနဲ့ အရမ်းကို
အလုပ်များပြီး မနက် (၇) နာရီလောက်ကတည်းက စ၍ ညနေအထိ
အိမ်မှာ နားချိန်လုံးဝမရှိတဲ့ကြားက ဖေဖေရဲ့ အစီအစဉ်အရ
ဖေဖေမိတ်ဆွေရဲ့သား သူ (မြန်မာပြည်သို့ ခဏပြန်ရောက်နေချိန်မှာ)
ညဘက် အင်္ဂလိပ်စာကို သင်ယူစေပြန်သည်။ သူက ဒီအချိန်မှာ
ပြည်ပနိုင်ငံတစ်ခုမှ ဘွဲ့ရခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။ တစ်နေ့တာလုံး ပင်ပန်းလှစွာ
ညဘက်သင်တန်းချိန်တွေမှာ အမြဲငိုက်နေတတ်တဲ့ သူမအတွက်
သူက သီးသန့် ပုံပြောသူတစ်ယောက် ဖြစ်လာခဲ့ကာ သူမကတော့
ပုံပြင်ကြိုက်တဲ့ ကောင်မလေးတစ်ယောက် ဖြစ်မှန်းမသိဖြစ်လာခဲ့ရသည်။
သူရဲ့ ပုံပြင်တွေကို နားထောင်ပြီး မသိနားမလည်တဲ့ ဝေါဟာရတွေကို
ပြန်မေး dictionary မှာ ပြန်ရှာချရေးနဲ့ သူမ၏ အင်္ဂလိပ်စာ listening

မျဉ်းပြိုင်

သီရိမျိုးခိုင်

အတော်တိုးတက်လာခဲ့ပြီးမှ စကားပြောကို ဆက်၍သင်ယူခဲ့သည်။ သူက ပထမပိုင်းက အင်္ဂလိပ်ကလေးပုံပြင် ရိုးရိုးလေးတွေမှစ၍ ပြောခဲ့ကာ အချိန် ကြာလာတော့ ပုံပြင်လေးတွေက ဆန်းလာကာ သူမကို ချစ်တတ်အောင် သင်ပေးခဲ့တဲ့ ပုံပြင်လေးတွေ ဖြစ်လို့နေခဲ့သည်။ ဒါကို သူမအားလည်လိုက် မိတဲ့ အချိန်မှာ သူမနှလုံးသားထဲ သူဝင်ရောက်လို့ နေခဲ့ပြီ။ အမြဲတမ်းနေ တတ်တဲ့ သူမအတွက် သီးသန့် Eng:course ပါဟု ပြောခဲ့တဲ့ သူရဲ့ မေတ္တာ စကားသည်လည်း ပုံပြင်တစ်ပုဒ်နဲ့ပဲ စခဲ့သည်လေ။ ချစ်သူကို ဆရာဟု ခေါ်တတ်တဲ့ သူမကို သူကပဲ 'ကိုကို'ဟု ပြင်ပေးခဲ့သည်။ နှစ်ဘက်မိဘတို့ သဘောကျခဲ့သည့်အတွက် သူမတို့ရဲ့ ခရီးလမ်းအစဟာ ဖြောင့်ဖြူးခဲ့သည်။

◆◆◆◆

သူမတက္ကသိုလ် ဒုတိယနှစ်သို့ ရောက်ရှိချိန်မှာ သူ M.Sc တက်ဖို့ရန် အတွက် မြန်မာပြည်မှ ပြန်လည်ထွက်ခွာချိန်သည် သူမအတွက် ကမ္ဘာ ပျက်မတတ် ပူဆွေးခဲ့ရသည့် နေ့ရက်များဖြစ်သည်။ သူမမှာ မောင်နှမတွေ မရှိခဲ့။ သူ သူမရဲ့အနီးမှ ထွက်သွားခြင်းက အနာဂတ်မဲ့သွားသလို ခံစား လိုက်ရသည်လေ။ ဆရာဝန်ဖြစ်လာမယ့် သူမတို့ အသိုင်းအဝိုင်းကြားမှာ ပညာအရာမှာ မနိမ့်ကျဘဲ ဝင်ဆန့်ချင်လို့ပါတဲ့။ နေရာတိုင်းမှာ သူပါဝင်ခဲ့၊ သင်ပြခဲ့ပြီးတဲ့နောက် သူမရဲ့ လျှောက်လှမ်းရမယ့် ဘဝခရီးလမ်းမှာ အဖော်မဲ့ သွားသလို။

သူက သူမဆီသို့ ထိုနိုင်ငံသို့ ရောက်စက နေ့တိုင်း ဖုန်းဆက်ခဲ့ကာ အပတ်တိုင်း E-mail ပို့ခဲ့သည်။ နောက်ပိုင်း ဖုန်းဆက်ဖို့ ပျက်ကွက်ခဲ့၊ တစ်ပတ်တစ်ခါ E-mail သွားပို့၊ သွားယူခဲ့ရတဲ့ သူမအတန်းတွေ ကြီးလာ တော့ သွားမယူနိုင်ခဲ့၍ သူကလည်း စာကျက်ချိန်တွေ ပျက်မယ်ဟု ယူဆကာ E-mail သိပ်မပို့ဖြစ်တော့။

နောက်ပိုင်း သူ့အပေါ် အပြစ်တင်ခဲ့သည်။ မြန်မာပြည် ပြန်လာဖို့ မကြိုးစားသူ၊ ပညာတွေကိုသာ လောဘတကြီး ရှာဖွေနေသူ၊ အနေဝေး၍ သွေးအေးသူ၊ သူမ၏ စိတ်ဓါတ်တွေ ယိုင်လဲစေသော အကြောင်းအရာက မြန်မာပြည်မှာကတည်းက သူ့ကိုသဘောကျနေတဲ့ အစ်မလေးတစ်ယောက် က သူနဲ့ University တူနေခြင်း၊ ထိုအစ်မလေးရဲ့ အမေကြီးက မကြာခဏ dinner ဖိတ်ကျွေးခြင်းနဲ့ ထိုညစာစားပွဲတွေကို သူ မငြင်းခဲ့ခြင်း၊ သူ့အပေါ် ယုံကြည်မှုတွေ လျော့ကျနေချိန်မှာ သူမကို ဖုန်းခေါ်ဖို့ မေ့လျော့တတ်ခဲ့ ခြင်း၊ E-mail မရောက်ရှိလာခြင်းတို့က ထိုအရာကို ပို၍ ဖိအားပေးခဲ့သည်။ သူမ မသိတဲ့အချိန်တွေမှာ သူမ မရှိတဲ့နေရာမှာ သူမ မဟုတ်တဲ့ မိန်းကလေး တစ်ယောက်နဲ့ ညစာအတူတူစားနေတာကို တွေးကြည့်နိုင်စွမ်း မရှိခဲ့။

◆◆◆◆

ကိုယ့်ထက် အသက်ငယ်သည့်သူတစ်ယောက်ကို ချစ်မိသွားလိမ့်မည်ဟု ကိုယ့်ဟာကိုယ် ဘယ်တော့မှ ထင်မှတ်မထားခဲ့။ မောင်သည်လည်း နယ်မှ ရန်ကုန်သို့ ကျောင်းလာတက်သောသူပင် ဖြစ်သည်။ သူမ၏ ဝမ်းကွဲအစ်မ ဖြစ်သူ သူငယ်ချင်းရဲ့ မောင်လေးဖို့ ကျောင်းသို့ ရောက်ရောက်ချင်း သူမကို သာ လာရှာခဲ့သည်။ သူမထက် (၂)နှစ်ခန့်ငယ်သည့် မောင်က ရုပ်ဖြောင့်ကာ အနေအထိုင် အရမ်းကို တည်ငြိမ်တဲ့ သူတစ်ယောက်အဖြစ် မိန်းကလေးတွေ ကြား ရေပန်းစားခဲ့သူ ဖြစ်သည်။

သူမ ကျောင်းသို့ ရောက်ရှိချိန်တွေမှာ Theatre ရှေ့မှာ လာရောက်၍ စောင့်နေတတ်ခဲ့၊ သူမနဲ့ ဆုံပြီးမှ သူတက်ရမယ့် Lecture room ထဲသို့ ဝင်တတ်တဲ့ ကောင်လေးသည် တစ်ချိန်မှာတော့ သူမရဲ့ မောင် ဖြစ်လာခဲ့သည်။ သူ မြန်မာပြည်မှ ထွက်ခွာပြီး (၃)နှစ်ခန့်အကြာမှာ သူမ အချစ်ကို တကယ်တွေ့ရှိခဲ့ပြီဟု ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် ရူးသွပ် ခဲ့ဖူးသည်။ သူမသည် မောင်နှင့် ပတ်သက်လာ လျှင် ကျောင်းသင်ခန်းစာကလွဲလျှင် အရာရာမှာ ကလေး ဖြစ်နေသည်။ မောင်သည်လည်း အရာ ရာမှာ အသေးအပွဲကအစ ဂရုစိုက်ပေးတတ် သည်။ သူ့အပေါ် အားကိုးခဲ့ဖူးသလို မောင့် အပေါ်မှာလည်း မြတ်နိုးကိုးစားခဲ့သည်။ နှစ် ယောက်စလုံး၏ ဂရုစိုက်မှုတွေကြား တစ်ခုခု ခြားနားမှု ရှိခြင်းကိုလည်း ဘာသာသိလို့နေ ပြန်သည်။

◆◆◆◆

သူမဈေးဝယ်ထွက်တိုင်း ဘေးမှ လိုက် စောင့်ပေးတတ်၊ သူမရဲ့ ဘေးမှ အကြံပေးဖော်၊ ကိစ္စရှိတိုင်း အပြေးရောက်လာတတ်သော မောင်၊ မောင် သူမဘဝထဲ ဝင်လာပြီဆိုတာ သိလျက်နဲ့ လုံးဝတားဆီးဖို့ မကြိုးစားခဲ့။ ကျောင်းမှာ နေ တိုင်း တွေ့နေရလျက်နဲ့ ညတိုင်းဖုန်းဆက်တတ် သော မောင်သည် သူမကို ဆက်သွယ်ဖို့ မေ့လျော့ နေတတ်သော၊ စာထည့်ဖို့ ဖုန်းဆက်ဖို့ အမြဲပဲ ပျက်ကွက်တတ်သောသူနဲ့ နှိုင်းယှဉ်မိတိုင်း သူမ မှားသည်ဟု ဘယ်တော့မှ မထင်မိခဲ့ပါလေ။

◆◆◆◆

အငွေသေနေပြီဖြစ်သော coffee ခွက်တို့ က အေးစက်လို့ နေပေပြီ။ သူမမှာ စကားတွေ ဆိတ်သုန်းနေခဲ့သည်လေ။ သူမရှေ့က လူသား ဟာ ရင်ခုန်တတ်စေရယ်က သူမအတွက် သူရဲကောင်း ဖြစ်ခဲ့ဖူးသည်။ ချစ်တတ်အောင် သင်ပေးခဲ့သူ၊ ထိုအချိန်တွေက သူ့ကို ချစ်ခဲ့သည် ဟု ထင်ခဲ့မိသည်။ အမြဲတမ်း လူကြီးဆန်ခဲ့ တဲ့သူက ပို၍ရင့်ကျက်သွားသလို။

'ကိုကို ဇွန်လေးကို ယုယဖို့ အများကြီး ပျက်ကွက်ခဲ့တယ်။ ကိုကိုဝန်ခံပါတယ်။ ဒါပေ မယ့် ဒါဟာ ကိုကိုနဲ့ ဇွန်လေးတို့ရဲ့ အနာဂတ် အတွက်ပဲလေ။ အနေနီးစပ်လို့ ဆိုတဲ့ အကြောင်း ပြချက်မျိုးကိုပဲ ကိုကို လက်ခံချင်ပါတယ်။ ဇွန်

လေး.... တကယ်တော့ ဇွန်လေးဟာ ကိုကိုထင်သလောက် မရင့် ကျက်ခဲ့ဘူးပဲ.....

‘ဒါပေမယ့် ကိုကို အားလုံးကို ခွင့်လွှတ်တယ်’

ရင့်သီးတဲ့အသုံးအနှုန်းတွေနဲ့ ဒီကို အပြီးပြန်လာခဲ့ခြင်းဟု သိရခိုက် ကြေကွဲမိသည်။ ကိုကို ဘာလို့ ဖုန်းဆက်ဖို့ ပျက်ကွက်ခဲ့သလဲ။ E-mail ပို့ဖို့ မေ့လျော့နေခဲ့သလဲ။ ကိုကိုကို အင်မတန်မှ အရေးပေးတဲ့ မိန်းကလေးရဲ့ ပြည်နယ်ကို ဘာလို့ အလည်အပတ် လိုက်သွားခဲ့သလဲ။ ညစာစားပွဲတွေ အတူကျင်းပခဲ့ပါသလဲ။ ရင်ထဲမှာ အရမ်းကို မေးချင်နေ ခဲ့သည့် မေးခွန်းများကို..... ။ ဖြစ်နိုင်ရင် ဒီစကားပိုင်းလေးကို အဆုံး သတ်ချင်နေသည့်စိတ်ဖြင့် မြို့သိပ် လိုက်သည်။

ဒါပေမယ့် မောင်ဟာ မာယာကျော့ကွင်းတွေနဲ့ သူမကို ဖမ်းချုပ်ခဲ့ တာမဟုတ်ဟု နားလည်နေမိပြန်သည်လေ။

◆◆◆◆

‘မ- ဘာလို့ ကျွန်တော့်ကို ဖွင့်မပြောခဲ့တာလဲ’ နာကျင်ခံရခက် စွာ ပြောလာတဲ့ မောင်ရဲ့ နီမြန်းတဲ့မျက်နှာကို ငေးကြည့်ရင်း သူမ ကြေကွဲခဲ့ရသည်။

တကယ်တော့ မောင်သိခဲ့ရင် ရှေ့တိုးလာခဲ့မှာ မဟုတ်ဘူးမို့လား။ စည်းကမ်းကြီးသော၊ စနစ်ကျသောသင်တန်း၊ သိက္ခာကြီးသောမောင်၊ မောင်ကို ဆုံရှုံးရမှာ ကြောက်လို့ဆိုတာ မောင် မစဉ်းစားမိဘူးလားကွယ်။

‘ကျွန်တော့်ကြိုသိခဲ့ရင် ...’ ပြောလက်စကားကို ရပ်၍ လက်သီး ဆုပ်ကာ တစ်ဘက်သို့ လှည့်သွားသော မောင်။

မောင်နောက်ဆုတ်ခဲ့မှာ မဟုတ်လား။ မောင်နဲ့မှ အမှန်တကယ် ချစ်တတ်ခဲ့တယ်ဆိုတာကို မောင် သဘောပေါက်ခဲ့ရဲ့လား။ ဘယ်အရာ မဆို သွေးအေးအေးနဲ့ ဖြေရှင်းတတ်တဲ့သူက မောင်ကိုသွားတွေ့ခဲ့သည် ပဲ။ မောင်ကို နောက်ဆုတ်ပေးဖို့ ပြောခဲ့သည်ပဲ။ မောင်မာနကို ထိပါး စေခဲ့ပြီလား။ သူမပြော၍ သိခြင်းမဟုတ်ဘဲ အခုလိုမျိုး ကြုံလိုက်ရ၍ မောင် ပိုခံပြင်းမည်ပဲ။ ဒါတွေကို သူမကိုချစ်တဲ့ အချစ်နဲ့ မောင် မကျော် နိုင်ဘူးတဲ့လား။ မာနကြီးသော မောင်သည် သူမအား မည်သို့ယူဆ လေပြီလဲ။

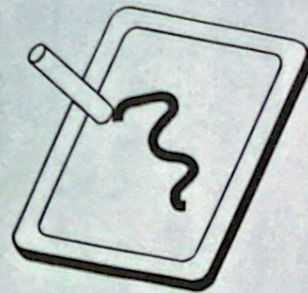
◆◆◆◆

‘ဘယ်တော့မှ အလျှော့ပေးမှာမဟုတ်’ ဟူသော သူ့ရဲ့စကားလုံး အချို့ကြား မောင်က သူမရဲ့ဆန္ဒကိုသာ ရှေ့တန်းတင်ခဲ့သည်။ ဘာဖြစ်လို့ များ ‘မကို မောင် မစွန့်လွှတ်နိုင်ဘူး၊ အဆုံးရှုံး မခံနိုင်ဘူး’ဟု မောင် မပြောနိုင်ခဲ့သည်လဲ။ မောင်ရဲ့တွေဝေစပြုနေသည့်စိတ်ကို သူမ မယုံရဲစွာ။

ကံကြမ္မာကို ကြောက်ရွံ့စွာ ကြိတ်မှိတ် ငိုမျှက်ဖြစ် သည်။ Theatre ရှေ့ခုံတန်းလေး၌ ထိုင်စောင့်ရင်း သူမ တစ်စုံတစ်ယောက်ကို စောင့်ရင်း ... တွေဝေနေမိသည်။ သူမစောင့်နေသောသူသည် မောင်လည်း ဖြစ် နိုင်သည်။ သူလည်းဖြစ်နိုင်သည်။ နှစ်ယောက်စလုံး မဖြစ်နိုင်သည့်အတွက် တစ်ယောက်မှ မဟုတ်သည်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်လေ။ ■

သီရိမျိုးခိုင်

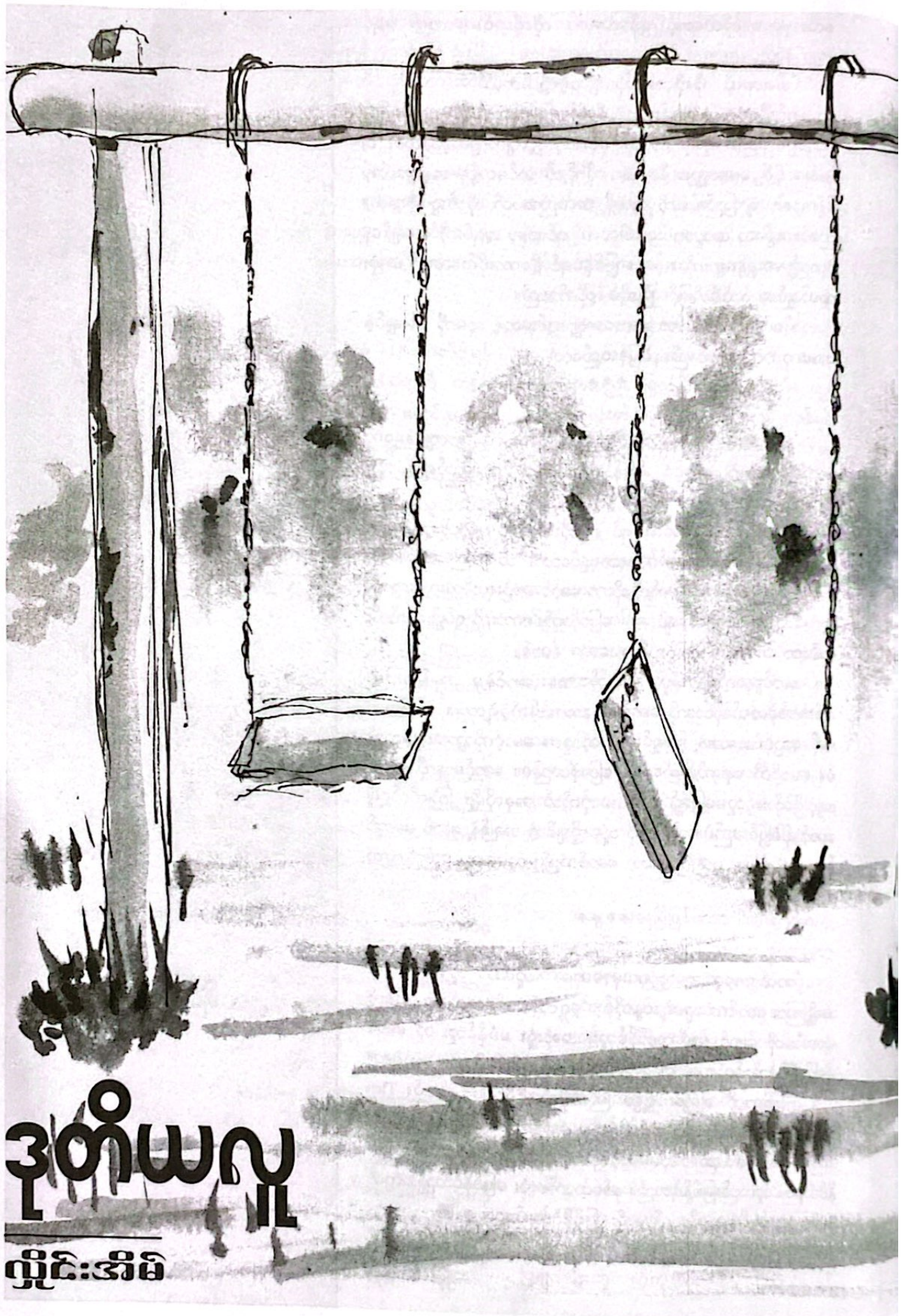
၂၄၊ ၆၊ ၀၄။



အလေ့အကျင့်

တစ်၊ နှစ်၊ ‘စာကိုပစ်’
သုံး၊ လေး ‘သူ့ကိုဆွေး’
ငါး၊ ခြောက် ‘ကန်တင်းရောက်’
ခုနစ်၊ ရှစ် ‘အတန်းလစ်’
ကိုး၊ တစ်ဆယ် ‘ကျပြီကွယ်’

လရိပ်(သွား/ဆေး)



ဒုတိယလူ

လှိုင်းအိမ်

၁၇၇ သုတေသနဆိုင်ရာစာအုပ်တိုက်မှ နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၀၄

ဇာတ်လမ်းတစ်ခုလို့ ပြောပေမယ့် ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ပါဝင်နေရတော့ စိတ်ထဲမှာ အမြဲပဲ ကြောက်လန့်နေမိတယ်။ ဇာတ်လမ်းက ရိုးရိုးရှင်းရှင်းလေးပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ ရင်ထဲမှာတော့ နှင့်နေအောင် ခံစားရတယ်။ ဒါတွေ ခံစားတတ်လာအောင် သင်ပေးတဲ့သူလေး။ သူ့နာမည်က 'သဲစုမောင်'၊ နာမည်နဲ့ လူနဲ့လိုက်ပြီး ချစ်စရာကောင်းတယ်။ ဇာတ်လမ်းပြောရမယ်ဆိုရင် လွန်ခဲ့တဲ့ ငါးနှစ်လောက်က စရမယ်။



တောင်တန်းကြီးသည် ငြိမ်သက်နေ၏။ ကားဖြင့် တရွေ့ရွေ့လာတုန်းတောင်တန်းသည် နိမ့်လိုက်မြင့်လိုက်ဖြင့်။ ဤသို့ မိုင်ပေါင်းများစွာ မောင်းနှင်လာပြီး တောင်တန်းပေါင်းများစွာ ကျော်ဖြတ်ခဲ့သောအခါ.....

အလွန်လှပသောမြို့လေးတစ်မြို့၊ သီးခြားကမ္ဘာ လေးသဖွယ် တည်ရှိနေ၏ ရာသီဥတုကလည်း အလွန်အေး၏။ အအေးဓာတ်များအရိုးထိအောင် စိမ့်ဝင်သွားသလားတောင် ထင်ရ၏။ အချိန်ကား နှစ်တစ်နှစ်ရဲ့နောက်ဆုံး December လ။

သဲ ကားပေါ်မှ ဆင်းလိုက်၏။ ထို့နောက် ကားပေါ်မှ ပစ္စည်းများ စောင့်ယူကာ လာကြိုသော အစ်မများအား စောင့်နေစဉ်...

'ဟေ့...ဒီမှာ...ဒီမှာ' ခေါ်သံနှင့်အတူ လှည့်အကြည့်တွင်-

'ကျွန်တော်လည်း ကားငှားမလို့၊ အဲဒါ နှစ်ယောက် စပ်တူငှားမလားလို့၊ လမ်းကြောင်းနီးရင် ပြောတာပါ'

ပုံစံကတော့ ခပ်တည်တည်ပင်၊ 'သဲ' ထက်တော့ အသက်သုံးလေးနှစ် ကြီးမလားမသိ။

'ကျွန်မကို လာကြိုမယ့်သူကို စောင့်နေတာပါ'

'အော် sorry ပဲ၊ ကျွန်တော်က ကားငှားဖို့ စောင့်နေတယ် မှတ်လို့ပါ'

အမှတ်တမဲ့ပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ကိုယ့်နယ် မဟုတ်တော့ မှတ်ထားလိုက်သည်။ ကြည့်ရတာ ဒီနယ်ကို ပြန်လာတဲ့ပုံစံဟု စိတ်ထဲက ထင်နေမိသည်။

ဒီလိုနဲ့ အစ်မတွေ လာကြိုပြီးနောက် နှစ်ရက်ခန့်အကြာ အစ်မဖြစ်သူ ၄ဝါက

'သဲသဲ၊ မနက်ဖြန် ဒီဇင်ဘာ ၃၁၊ New year မီးပွဲပွဲရှိတယ်။ အဲဒါ လိုက်ခဲ့နော်'

သဲသဲ မငြင်းလိုက်မိ၊ အလိုလိုခေါင်း ငြိမ့်မိပြီးသား၊ ဪ သိပ်မသွားချင် ရှာဘူးဆိုတော့လည်း



ခြံဝင်းကျယ်ထဲတွင် ပန်းခြံ၊ နောက် ထင်းရှူးပင်၊ မှိတ်တုတ်မှိတ်တုတ် နှင့် မီးလုံးများ၊ ဝင်းအလယ် မြေကွက်မှာတော့ အုတ်နီခဲနှစ်တန်းကို လူသုံးဆယ် လောက် ထိုင်လို့ရအောင် ဝိုင်းထားသည်။ အလယ်တွင် ထင်းပုံ မီးသွေးရဲရဲနှင့်၊ အသားကင်စားနိုင်ရန်။ မီးပုံပွဲလေးမှာ 'သဲသဲ' အရမ်းပျော်နေသည်။ မကြာမှီ သေးသော ဤဒေသ၏ ပွဲလေးတစ်ခု။ ချမ်းအေးမှုကတော့ မီးပုံထားသည့်ကြားမှပင် အနွေးထည် ဝတ်ရသေးသည်။ 'သဲ' သိပ်ကြိုက်သည့် ခေါင်းစီးအနီလေးက ဦးခေါင်းထက်မှာ နေရာအပြည့် အနွေးဓာတ်တွေ ဖြည့်ပေးနေ သည်။ မမ 'ငုဝါ' မိတ်ဆက်ပေးသော သူငယ်ချင်းများကြား အသားကင်စားလိုက်၊ စကားပြောလိုက်ဖြင့် ပျော်လို့မဆုံးနိုင်ခဲ့။ အစ်မရဲ့စကားသံတချို့ကြားမိသည်။

'ဟဲ့ ဖိုးနေ နင်ပြန်လာတာ ငါတို့လည်းမသိ ရပါလား။ ဘယ်အချိန် ပြန်ရောက်လာတာ စကားသံအဆုံး၌ 'သဲ' လှည့်ကြည့်လိုက်သည်။ ဟိုနေ့က တွေ့ခဲ့တဲ့လူပဲ။

ကိုက
နောက်ဆုံးနှစ်
ကျောင်းသား
မိမိအပေါ်
နားလည်သည်
စာနာသည်
ဂရုစိုက်သည်
မာနမရှိ
ပျော်ပျော်
နေတတ်သည်
လူငယ်
ဆန်ဆန်
လုပ်နေ
တတ်သည်
လူကြီးပုံစံနှင့်
ဆိုလည်း
ရင့်ကျက်မှုက
အပြည့်ပါပဲ
နောက်တော့
ကိုက
ချစ်ခွင့်
ပန်လာသည်

‘လာ လာ ငါတို့နား လာထိုင်’ ဒီလိုနဲ့ သူ ‘သဲလေး’ တို့ဝိုင်း ရောက်လာ၏။ မမက မိတ်ဆက်ပေးသည်။

‘ဒါ - ငါ့ညီမပဲ ရန်ကုန်က ဒီနှစ် ၁၀ တန်းအောင်ထားတာ D ၃ ခု ထွက်တယ်လေ၊ နာမည်က သဲစုမောင်တဲ့။ သဲလေး သူက ‘နေနေ’ တဲ့။ မမ သူငယ်ချင်းပေါ့။’

‘ငါတွေ့ဖူးပါတယ်၊ ငါ့ရောက်တဲ့နေ့က ကားဂိတ်မှာ နင်တို့ကို စောင့်နေတာပဲဖြစ်မယ်။’

‘နေနေ’ ၏ စကားသံတချို့နှင့်အတူ ‘သဲ’ မော့အကြည့်တွင်...

ဟွန်း ကိုက်စားတော့မယ့်အတိုင်းပဲ အကြည့်ကလည်း ရဲလိုက်တာ။ ပါးစပ်က ထုတ်မပြောမိ။ စိတ်ထဲ၌ ရေရွတ်မိသည်။ စလိုက်၊ နောက်လိုက်၊ စကားပြောလိုက်ဖြင့် သူ့အကြောင်း တချို့သိလာသည်။ MIT က ကျောင်းသား။ မန္တလေးမှာ တက်သည်။ ‘သဲ’ ထက် သုံးနှစ်ကျော်လောက် ကြီးသည်။ လူရည်သန်၊ စာတော်၏။ ကျောင်းမှာ နာမည်ကြီးသည်။ မိန်းကလေးတွေနှင့် သိပ်မရောနှော။ ငယ်သူငယ်ချင်းလေးသာ တွဲသည်။ မာနလည်းကြီးသည်။ ဒီလိုနဲ့ သဲသဲ မပြန်ခင် နေ့တိုင်း အိမ်လာလည်သည်။ သဲသဲ ရန်ကုန် ပြန်မယ့်နေ့ကျတော့ သူ ကားဂိတ်လိုက်ပို့သည်။ နှုတ်ဆက်စကားပြောရင်းဖြင့် သူက

‘သဲလေးရဲ့လိပ်စာ ပေးခဲ့ပါလား၊ အားရင် စာထည့်ရအောင်လို့’

အောင်သက်သက် လူမှုရေးအရဖြင့် ပေးလိုက်၏။ စိတ်ထဲတွင်တော့ မကျေနပ်။ တောင်းလည်းတောင်း၏။ ‘အားရင်’ တဲ့။ အားမှ စာရေးမည့်သဘော။ ဒါပေမယ့် သူမ သတိမထားမိလိုက်တာက သူမ၏ အနည်းငယ် ဖြန့်ဆန်ပူနွေးသော စည်းချက်မမှန်သော ရင်ခုန်သံများပါ ပေးလိုက်မိတယ်ဆိုတာပါပဲ။



သဲလေးက မာနကြီးလွန်းတာတော့ မဟုတ်။ မိန်းကလေးတစ်ယောက်ရှိသင့်သည့် မာနတော့အပြည့် ရှိသည်။ ကိုယ့်အပေါ် တင်စီးပြောလာသည်ကိုလည်း မကြိုက်၊ ကိုယ်ကလည်း မပြော။

‘နေနေ’ သူမဆိုသို့ စာထည့်လာသည်။ စာအားလုံးကတော့ ရိုးရိုးသားသား ဒါပေမယ့် သေချာတာတစ်ခုကတော့ သူမကို ဆုံးမနေခြင်းပင်။ စာကျက်ဖို့၊ ကျန်းမာရေး ဂရုစိုက်ဖို့၊ ရည်းစားမထားဖို့။ ရည်မှန်းချက်ထားရန်နှင့် ရည်မှန်းချက်ကို အကောင်အထည် ဖော်ရန်။ ရင်ခုန်ကြည်နူးဖွယ် အကြောင်းအရာများတော့ မပါ။ သူမက စာမပြန်လည်း သူ့ဆီကစာကတော့ အမြဲတမ်းလာသည်။ တစ်ခုတော့ ဝန်ခံပါသည်။ စာရောက်လာလျှင် အလိုလို ပျော်နေမိသည်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတာတော့ ‘သဲလေး’လည်း မပြောတတ်။ စာဖတ်လိုက်ရင်တော့ စိတ်ညစ်သွားသည်။ တစ်ခါတလေ ကျတော့ သူမအပေါ် အစ်ကိုကြီးတစ်ယောက်လို စေတနာထားတာပဲဟု လေးစားမိပြန်သည်။

အချိန်တွေ တရွေ့ရွေ့ ကုန်ဆုံးပြီးနောက်တစ်နှစ် နှစ်ကူးချိန် ရောက်လာပြန်ပြီလေ။ သဲလေးတောင် မြို့လေးသို့ နောက်တစ်ခေါက် သွားလည်သည်။ တိုက်ဆိုင်လှစွာပင် မီးပုံပွဲလေးက အဆင်သင့်။ မနှစ်က ပျော်ရွှင်ခဲ့ရသော အချိန်လေးများပါ ဒီဘက်နှစ် ကူးလာသည် ထင်မိသည်။ အသားကင်စားလိုက်၊ သီချင်းဆိုလိုက်ဖြင့် ပျော်နေစဉ် စကားတစ်ခွန်း ကြားရသည်။

‘သဲလေး ဒီနှစ်လာလည်တာပဲလား’ ရင်ခုန်သံတွေ မြန်သွားသည်။ အချိန်တိုင်း မှတ်မိနေခဲ့သော အသံ။ ရုတ်တရက် ပျော်သွားမိသည်။ ခေါင်းညိတ်ပြလိုက်သည်။ သူ့စာ ထည့်တာ ရလားဆိုသည့် အကြောင်း၊ စာမပြန်သည့် အကြောင်းများ ပြောရင်းနှင့် နှစ်သစ်ကူး လက်ဆောင်ဆိုပြီး card လေးတစ်ခုနှင့် Key chain လေးတစ်ခု ပေးလာသည်။

‘သဲလေး ကတ်ထဲကစာလေးကို ဖတ်ကြည့်လိုက်ပါဦး၊ ကိုယ့်ကို စိတ်မဆိုးပါနဲ့နော်။ ကိုယ့်ရင်ထဲက ခံစားမှု အမှန်တွေကို ရေးထားတာပါ’

သဲလေးရင်ခုန်စွာဖြင့် ကတ်လေးကို ဖွင့်လိုက်သည်။ ကတ်လေးက အရမ်းကို လှတာပါပဲ။ နောက်ပြီး ကတ်စာသားတွေကလဲ။

‘သဲလေးကို’

ကိုယ် သိပ်ချစ်တယ်-

နှစ်သက်တယ်-

မြတ်နိုးတယ်-

မင်းအချစ်နဲ့ အရာရာကို ဖြည့်ဆည်းပေးမယ် ဆိုရင် ‘တဲ့’။

အို ... စာသားလေးတွေကလည်း သိပ်ကို လှတာပါပဲ။ သဲ ညအရမ်းပျော်သွားမိသည်။ သူက ဆက်ပြောသည်။ ‘သဲလေး ကိုယ့်ကို ပြန်ချစ်ရင် ကိုယ် အရမ်းဝမ်းသာမှာပဲ၊ ကိုယ့်မိဘတွေက အမေရိကားမှာနေတာ၊ ကိုယ် ကျောင်းပြီးရင် လိုက်သွားမယ်။ အဲဒါ သဲလေးလက်ခံရင် ကိုယ်တို့ လက်ထပ်ပြီး အတူတူလိုက် သွားရအောင်။ ကိုယ်က နောက်တစ်နှစ်ဆို ကျောင်းပြီးတော့မှာ။ ဟိုမှာ ကိုယ်တို့ရဲ့ အနာဂတ်ကို အလှပဆုံးနဲ့ အပျော်ရွှင်ဆုံးဖြစ်အောင် တည်ဆောက်ကြမယ်လေ’

ဘာမှ ပြန်မပြောမိ။ တိတ်တဆိတ် နားထောင်ရင်း

‘သဲလေး အချစ်ဆိုတာ ကိုယ့်အတွက် တမင်မွေးယူလို့ မရပါဘူး။ ရင်ထဲကို အလိုလို ဝင်လာတာပါ။ သဲလေးလည်း ဒီလိုပဲ မဟုတ်လားဟင်။ သဲလေးလည်း ကိုယ့်ကို ချစ်နေတယ် မဟုတ်လား’

သူ့စိတ်ထဲရှိသော စကားများကို အဆက်မပြတ် ပြောနေ၏။ သူက အပိုင်တွက်ထားသည်။

‘ကိုယ့်အခြေအနေ၊ ကိုယ့်အရည်အချင်းနဲ့’

ဆိုရင် သဲလေးနားက လူတွေကို မယှဉ်နိုင်စရာ မရှိဘူး၊ ကိုယ် သူတို့ထက် မသာရင်နေမယ်၊ နောက်ကျစရာ လုံးဝမရှိဘူး ထင်တယ်။ ဒါကြောင့် သဲလေး ကိုယ့်ကို ပြန်ချစ်မယ်လို့ ကိုယ် ယုံကြည်တယ်’

ရင်ထဲ အောင့်သွားသည်။ အေးချမ်းသော ရာသီဥတုသည် ပူလောင်လာ၏။ ဒေါသဖြင့် တစ်ကိုယ်လုံး တုန်လာကာ ဘာမှ မကြားချင် တော့။ သူ့မျက်နှာလည်း မမြင်ချင်တော့။ ငါ့မှာ အရည်အချင်းရှိတယ်ဆိုပြီး အမိန့်ဆန်ဆန် သူ လက်ခံပါပြောတိုင်း နာခံမယ်များ ထင်နေလား မသိ။ ဒီလိုဆိုရင်တော့ သူမနှင့် ဘယ်လိုမှ မဖြစ် နိုင်ပါ။ မိမိက ချစ်နေသည့်တိုင်အောင် သူ့အရည် အချင်း သူ့ချမ်းသာမှုကြောင့် လက်ခံခြင်းဟု ထင်သွားလိမ့်မည်။ အချစ်ကိုတော့ အစော်ကား မခံနိုင်ပါ။ သဲ ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုကို ရင်နာနာနှင့် ခိုင်မာစွာ ချလိုက်သည်။ ပြီးတော့ စကား တစ်ခွန်း ပြောလိုက်မိသည်။

‘ကိုနေ့ကို သဲလေးမချစ်ဘူး၊ အခုလည်း မချစ်ဘူး၊ နောင်လည်း ဘယ်တော့မှချစ်လာမှာ မဟုတ်ဘူး၊ သဲရဲ့ဘဝမှာ အမက်မောဆုံးက သဲရဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေပဲ။ အဲဒီရည်မှန်းချက်ကို အကောင်အထည်ဖော်နေတဲ့အချိန်မှာ ဘာသံ ယောဇဉ်မှ မထားချင်ဘူး။ ကိုနေ သဲကို နား လည်ပေးပါ။’

အဲဒီစကားကို ပြောလိုက်တဲ့အချိန်မှာ ရင်ထဲ မှာ ဘယ်လောက် နာကျင်ကြေကွဲ ခံစားနေ ရလည်းဆိုတာ ဘုရားသခင်နဲ့ ကိုယ်တိုင်ကလွဲ လို့ ဘယ်သူမှ မသိနိုင်ပါဘူး။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်လေ ကျေနပ်ပါတယ်။ ကိုယ် တိတ်တခိုး တွယ်တာ မိတဲ့သူက ကိုယ့်ကို ချစ်နေတယ်ဆိုတာ သိခွင့်ရ လို့ပေါ့။

သူက ရီဝေစွာ ကြည့်ရင်း ‘သဲနဲ့ကိုယ်နဲ့ မဖြစ်နိုင်ဘူးဆိုတာ လုံးဝ လက်မခံနိုင်ဘူး’

‘ဘာလို့ မဖြစ်နိုင်ရမှာလဲ၊ ကိုနေပဲ ပြောခဲ့ တာပဲ၊ အချစ်ဆိုတာ ဖန်တီးယူလို့ မရဘူးဆို၊ ဟုတ်တယ် သဲရဲ့ ရင်ထဲမှာ ကိုနေနဲ့ ပတ်သက်လို့ ဘာခံစားချက်မှ မရှိဘူး၊ အဲဒါ အမှန်ပဲ’

‘ရပါတယ်၊ ကိုယ် သဲလေး ရင်ခုန်မယ့်၊ ချစ်လာမယ့်တစ်နေ့ကို စောင့်နေပါ့မယ်’

‘သဘောပဲလေ’

နောက်တော့ သဲလေးနားက သူ တိတ်ဆိတ်

စွာ ထွက်သွားသည်။



နှစ်လ၊ ရာသီ ကုန်လွန်လာသည်။ အချိန်ကို တားဆီး၍မရ။ ဒီလိုနဲ့ သဲလေး ဒုတိယနှစ် BDS ရောက်လာသည်။ အချိန်သည် ခံစားချက်ကို ကုသပေးသော အကောင်းဆုံး ဆေးတစ်ခွက်ပင်။ ပထမတော့ တော်တော်ခံစားရသည်။ နောက် တော့ မေ့၍မဟုတ်၊ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်မှသာ သတိရသည်။ စာကတော့ ပုံမှန်ထည့်လာသည်။ တစ်လ တစ်စောင်၊ ယခု သူ နိုင်ငံခြား ထွက် သွားပြီ။ စာကတော့ ထည့်မြဲပင်။ သေချာတာက တော့ ကိုယ့်ရဲ့ ဖြူစင်တဲ့အချစ်တွေကို အတ္တကြီး တဲ့သူဆီတော့ မထည့်နိုင်။ လိုချင်တာက ကိုယ့် အပေါ် နားလည်ပေးသူ၊ စာနာပေးသူ၊ တန်ဖိုး ထားသူ၊ အနှစ်နာခံသူ၊ အချစ်နှင့် ဘဝကို မျှဝေ ခံစားပေးတတ်သူ.....

ဒီလိုနဲ့ ‘ကို’နှင့်တွေ့သည်။ ကိုနှင့် ကျောင်း မှာပင် ဆုံသည်။ ကိုက နောက်ဆုံးနှစ် ကျောင်း သား၊ မိမိအပေါ် နားလည်သည်။ စာနာသည်။ ဂရုစိုက်သည်။ မာနမရှိ၊ ပျော်ပျော်နေတတ်သည်။ လူငယ်ဆန်ဆန် လုပ်နေတတ်သည်။ လူကြီး ပုံစံနှင့်ဆိုလည်း ရင့်ကျက်မှုက အပြည့်ပါပဲ။ နောက်တော့ ကိုက ချစ်ခွင့်ပန်လာသည်။ အဲဒီနေ့ က ‘ကို’မျက်နှာ ရှက်ပြီး နီရဲနေသည်။ အသား ဖြူသူမို့ ပိုပြီး သိသာသည်။

‘သဲလေးကို ကိုပြောစရာရှိလို့’

‘ဟုတ်၊ ပြောလေ၊ ဘာပြောမှာလည်း ထူးထူးဆန်းဆန်း’

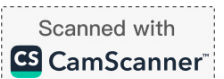
‘ကို’ သက်ပြင်းချသည်။ ပြီးတော့ ခေါင်းငုံ့ သွားသည်။ ဘာမှမပြော။

‘ကိုညီ စကားပြောမလို့ဆို၊ ဘာပြောမှာလဲ၊ ပြောလေ၊ သဲ စိတ်မရှည်တော့ဘူးနော်’

တစ်ဖန် သက်ပြင်းချရင်း-

‘ကိုယ့်ကို စိတ်မဆိုးပါနဲ့နော်၊ ရင်ထဲမှာ မမြဲသိပ်နိုင်တော့လို့ပါ။ သဲလေးကို ကိုယ်အရမ်း ချစ်နေမိပြီ ကိုယ့်စိတ်ထဲမှာ သဲလေးပဲ နေရာအပြည့် ယူထားတယ်။ သဲလေး ဘာပဲ လုပ်လုပ် ချစ်စိတ်တစ်ခုတည်းနဲ့ ကိုယ်နားလည် ပေးမယ်။ သဲလေးလည်း ကိုယ့်ကို နားလည် ပေးပါနော်၊ ကိုယ်တို့နှစ်ယောက် ညှိနှိုင်းစရာ မလိုတဲ့ နားလည်မှုတွေနဲ့ ဘဝတစ်ခု တည် ဆောက်ကြရအောင်’

အစတုန်း
ကတော့
သဲလေးရဲ့
ပထမဆုံး
အချစ်ကို
ရခဲ့သည်ဟု
ထင်ခဲ့သည်
အမှန်
တကယ်တော့
ကျွန်တော်က
ဒုတိယလူပါပဲ



သဲလေး စဉ်းစားခဲ့ပါသည်။ ကိုညီက သဲကို အရမ်းဂရုစိုက်သည်။ နားလည်ပေးသည်။ ပြီးတော့ သဲလေးရဲ့ အနှံ့အတာကိုလည်း သည်းခံနိုင်သည်။ ကိုညီက သဲလေးကို အရမ်းချစ်တာပါပဲလေ။ ကိုညီကို လက်ခံရင်တော့ မှားလိမ့်မယ်လို့ မထင်ဘူး။ နောက်ပြီး ကိုညီကို ချစ်သူတစ်ယောက်လို မချစ်နိုင်သေးပေမယ့် အစ်ကိုတစ်ယောက်လိုတော့ သဲယောဇဉ် ရှိပါသည်။ နောက်တော့ ချစ်လာလိမ့်မယ်လို့ မျှော်လင့်မိတာပဲ။ ကိုညီကို အဖြေပေးပြီး ညမှာပဲ.....

‘ကလင် ကလင်’ ဖုန်းသံ ကြားလိုက်သည်။

‘သဲလေးရေ ဖုန်းလာနေတယ်’ သဲသွားကိုင်သည်။

‘ဟဲလို’

‘ဟဲလို သဲသဲလား၊ ကျွန်တော် နေနေပါ’

ကမ္ဘာမြေ တုန်ခါသွားသည်။ ရုတ်တရက် ဆောင်းတွင်းဝင်သကဲ့သို့ စိမ့်သွားသည်။ ထို့နောက်

‘ကျွန်တော် စာမှန်မှန်ထည့်တယ်၊ သဲသဲတို့အိမ် ဖုန်းဝယ်လိုက်တာ ကျွန်တော် ခုမှသိလို့ ဖုန်းဆက်လိုက်တာ။ သဲသဲ ကျွန်တော့်ဆီ စာလုံးဝ မပြန်ဘူးနော်’

သတိရလိုက်သည်။ မာနဖြင့် မဖောက်ဖတ်မိသော စာပေါင်းများစွာ။

‘ကျွန်မ မအားလို့ပါ’

‘ကျွန်တော် သဲလေးကို တစ်ရက်မှ မေ့မရဘူး၊ ကျွန်တော် အပြောအဆို အမူအရာတွေ ရင့်သီးမောက်မာပေမယ့် ရင်ထဲမှာ တစ်ယောက်တည်းပါ။ ကျွန်တော် နောက်နှစ်ဆို ပြန်လာမယ်။ နောက် မြန်မာနိုင်ငံမှာပဲ အခြေချပြီး စီးပွားရေးလုပ်မယ်။ သဲလေးနားမှာပဲ နေမယ်။ သဲလေးကို အမြဲတမ်း နားလည်ပေးမယ်။ စကားလုံး ရင့်သီးသွားတယ်ဆိုတာကလည်း သဲလေးကို ချစ်လွန်းလို့ပါ။ သဲလေး ကျွန်တော့်ကို ထပ်စဉ်းစားပေးပါနော်။ ကျွန်တော် မျှော်လင့်ပါရစေ’

ရုတ်တရက် အရမ်းပျော်သွားမိသည်။ ဒါပေမယ့် ကြားယောင်မိတဲ့ စကားတစ်ခွန်း ‘ကိုကို သဲ ချစ်ပါတယ်’ အခု ငါနဲ့ ကိုက ချစ်သူတွေလေ။

နောက်ပြီး တစ်ချိန်တုန်းက စည်းချက်မမှန်သော ရင်ခုန်သံများ။ နှစ်နှင့် ချီ၍ မေ့ထားသော ခံစားမှုတစ်ခု။ ဟင့်အင်း ဘယ်လိုမှ မဖြစ်နိုင်ပါ။ သဲစုမောင်ဆိုတာ အချစ်ကိုးကွယ်တတ်သူမှ မဟုတ်တာ။ ဖြစ်ချင်တာထက် ဖြစ်သင့်တာကိုပဲ အမြဲတမ်းဦးစားပေးခဲ့တာ။ အခုလည်း

‘ကျွန်မကို ခွင့်လွှတ်ပါ။ ကျွန်မမှာ ဘဝလက်တွဲဖော်အဖြစ် တကယ် ချစ်တဲ့သူကို ရွေးပြီးပြီ။ သဲလေး သူ့ကို အရမ်းချစ်တယ်။ ပြီးတော့ မြတ်နိုးတယ်။ အဲဒီတော့ ကိုနေ သဲကို မေ့လိုက်ပါတော့’..... မုသားများနှင့် ပြည့်ဝနေသော စကားသံများ နှုတ်ခမ်းထက်၌ ရင်ထဲမှ လိမ့်တက်လာသော အစိုင်အခဲတစ်ခု။ သိပ်မကြာလိုက်။ မျက်ရည်မိုးများ တဖွဲဖွဲ ရွာလာသည်။ အသည်းကြီးမဟုတ်။ ကြိတ်၍ ရွာသောမိုး။ အုံ့ပုန်းမိုးလေး မျှသာ။ သေချာတာတစ်ခုကတော့ သဲစုမောင်ဆိုတဲ့ မိန်းကလေးဟာ ရွေးပြီး သားလမ်းကို နောက်ပြန်လှည့် မကြည့်တတ်ခြင်းပင်။



ဒီလိုနှင့်ပဲ သဲလေးနှင့် ကျွန်တော် ဆုံခဲ့သည်။ သဲလေးနှင့် ချစ်သူသက်တမ်း နှစ်နှစ်ကြာ။ သဲလေး နောက်ဆုံးနှစ်ရောက်တော့ လက်ထပ်ဖို့

စီစဉ်ကြသည်။ ပွဲက အကြီးအကျယ်ကြီးတော့ မဟုတ်။ ဒီပွဲလေးမှာ အားလုံးပျော်စရာ။ ဒီပွဲကို နေနေလည်းလာသည်။ နေနေနဲ့ ကျွန်တော်က ငယ်ငယ်တုန်းက တစ်နယ်ထဲ။ ငါးတန်းရောက်မှ တစ်နယ်စီ ကွဲသွားသည်။ မိဘချင်းကတော့ တော်တော် ရင်းနှီးသည်။ တစ်နယ်စီ ကွဲသွားပေမယ့် စာအဆက်အသွယ် မပြတ်ခဲ့ပါ။ နိုင်ငံခြားသွားတဲ့အချိန်ထိလည်း အဆက်အသွယ်ရှိခဲ့သည်။ ကျွန်တော် လက်ထပ်မည့်အကြောင်း သူ့ကိုပြောပြလိုက်တယ်။ ကျွန်တော် လက်ထပ်မယ့်သူ ‘သဲလေး’ရဲ့အကြောင်းတွေကိုရောပေါ့။ အဲဒီတော့ မိုးနေက တိတ်ဆိတ်စွာ နားထောင်ရင်း သူပြန်လာခဲ့မယ်၊ သူ့ကို စောင့်ပါဆိုပြီး ဒီပွဲကို မိုးနေ ရောက်လာခြင်းပင်။

မင်္ဂလာပွဲမှာ မိုးနေကို သဲလေးနှင့် မိတ်ဆက်ပေးလိုက်သည်။

‘သဲလေး ဒါ ကိုနေနေတဲ့၊ ကိုသူငယ်ချင်းလေ၊ ကိုယ်တို့နှစ်ယောက်က ငယ်ငယ်တုန်းက အရမ်းချစ်ကြတာ။ အခုလည်း ကိုယ့်မင်္ဂလာဆောင်ကို သူ့အမိပြန်လာတာ၊ အမေရိကားမှာ နေတာလေ’

‘ဟုတ်ကဲ့ တွေ့ရတာ အရမ်းဝမ်းသာပါတယ် ခင်ဗျာ၊ သဲလေးက အရမ်းချောတာပဲ’

‘ဟေ့ကောင်ကြီး မိုးညို၊ မင်း အတော် ကဲကောင်းတာပဲကွ၊ ဟင်၊ ဒီလောက်ချစ်စရာကောင်းတဲ့ မဟေသီလေးကို ပိုင်ဆိုင်ရတော့မှာဆိုတော့’

ကိုနေနှုတ်ခမ်းများက ပြုံးနေသည်။ မျက်ဝန်းမှာတော့ မျက်ရည်တွေ ရစ်ဝံ့နေတယ်လေ။ ဒါကို သဲလေးတစ်ယောက်ပဲ သတိထားမိတာပါ။

သဲလေး အရမ်းဟန်ဆောင် ကောင်းပါသည်။ သို့သော် ဟန်မဆောင်နိုင်သည်က သူမ၏ မျက်ဝန်းများ။ သူမ စင်ပေါ် ရောက်ပြီး သိပ်မကြာခင်မှာပင် မျက်ရည်တစ်စက် ကြွေကျသွားတယ်။ ကိုက စိုးရိမ်စွာ မေးလိုက်သောအခါမှ-

‘သဲလေး ဘာဖြစ်လို့လဲဟင်၊ ဘာဖြစ်လို့ ငိုတာလဲ’

‘ဟင့်အင်း၊ ဘာမှ မဖြစ်ပါဘူးကိုရယ်၊ သဲလေး အရမ်းဝမ်းသာလို့ပါ’

..... ဒီလိုနဲ့ ဒီလိုနဲ့.....



ကျွန်တော် သည်အကြောင်းတွေ လုံးဝ

မသိရရင် ကောင်းမှာပဲ။ ကျွန်တော်သိလိုက်သည်က သဲလေးမှာ ချစ်ခဲ့ဖူးသူ တစ်ယောက်ရှိခဲ့သည် ဆိုတာပါပဲ။ ထိုသူက နေနေ။ တစ်ယောက်ကို တစ်ယောက် သိပ်ချစ်ကြရက်နဲ့ မာနနှင့် အတ္တတွေ ကြား အချစ်တွေကို စတေးပစ်ကြသည်။ ကျွန်တော် သိနေတာကို သဲလေးမသိ။ မေးလည်း မမေးရက်။ ပြောလည်း မပြောရက်။ သဲလေး စိတ်ဆင်းရဲမှာ စိုးလို့ပါ။ အဲဒီလောက်တောင် သဲလေးကို ကျွန်တော် ချစ်တာပါ။

အစတုန်းကတော့ သဲလေးရဲ့ ပထမဆုံးအချစ်ကို ရခဲ့သည်ဟု ထင်ခဲ့သည်။ အမှန်တကယ်တော့ ကျွန်တော်က ဒုတိယလူပါပဲ။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ၊ သဲလေးကို ကျွန်တော် ချစ်သည်။ ကျွန်တော့် အချစ်တွေက နှိုင်းစရာမလို၊ အားလုံးထက် ပိုတယ်ဆိုတာတော့ သစ္စာဆိုရဲသည်။ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကျွန်တော် ကျေနပ်တယ်။ သဲလေးက ကျွန်တော့်ကို အရမ်းသံယောဇဉ် ရှိလို့ပါ။ နောက်ပြီး ဂရုစိုက်တယ်။ နားလည်မှုတွေ ပေးတယ်လေ။ ဒါလေးတွေနဲ့ပဲ ကျွန်တော်.....

နောက်ပြီး မင်္ဂလာဦးညက သဲလေးပြောတဲ့စကားလေး တစ်ခွန်း

‘ကို သဲလေးကို ယုံကြည်ပါ။ အခုချိန်ကစပြီး နှစ်ယောက် အတူ တည်ဆောက်ရမယ့် ဘဝတစ်ခုမှာ အချစ်ရယ်၊ နားလည်မှု ရယ်၊ အလိုအပ်ဆုံးလို့ သဲလေးထင်တယ်။ နောက်ပြီး သစ္စာရှိမှု။ သဲလေး ကြားဖူးတဲ့ စကားလေးတစ်ခွန်းရှိတယ်။ Only faith will defend everything သဲလေးဘက်ကစပြီး ကိုကို ဘယ်တော့မှ ထားခဲ့မှာ မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီတော့ ကိုလည်း သဲအပေါ် အမြဲတမ်း သစ္စာ ရှိပေးပါနော်’တဲ့။ ကျွန်တော် သဲလေးကို ယုံကြည်တယ်။ ကျွန်တော် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် စိတ်ချယုံကြည်စွာ ခေါင်းညိတ် ခဲ့သည်။

ဒီဇာတ်လမ်းလေးက ပုံပြင်လေးတစ်ပုဒ်သာ ဖြစ်ခဲ့မယ်ဆိုရင် သေချာတာတစ်ခုကတော့ သဲလေးကို ကျွန်တော် သိပ်ချစ်တယ်ဆိုတာ.....

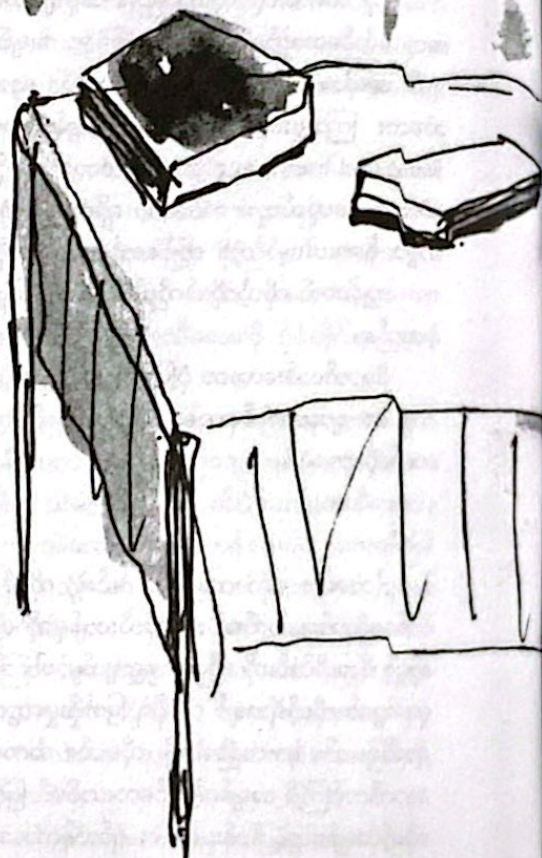


‘သဲလေး လောကကြီးမှာ မင်းနဲ့ ကိုယ် နှစ်ယောက်ထဲက တစ်ယောက်ယောက်က အဆိပ်သီးတစ်ခုကို မဖြစ်မနေ စားရမယ် ဆိုရင် ဒီအဆိပ်သီးကို ကိုယ်ပဲ ရွေးချယ်မှာပါ။ ဒါပေမယ့် ဒီရွေးချယ်မှုအတွက် ကိုယ့်ရဲ့အချစ် ကိုယ့်ရဲ့ မြတ်နိုးမှုတွေကို မင်း တန်ဖိုးထား တတ်ရမယ်။ နားလည်ပေးဖို့ လိုမယ်။ အကယ်၍ မင်းရင်ထဲမှာ နောက်တစ်ကြိမ် အချစ်ပန်းပင်လေးတစ်ပင် ပြန်စိုက်လို့ရမယ်ဆိုရင် ကိုယ့်အချစ်တွေနဲ့ ဒီပန်းပင်လေး ရှင်သန်လာအောင် မြေဩဇာကျွေး ပေါင်းသင်ပေးပါရစေ။ ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ် မင်းရဲ့အချစ်ကို အားလုံး မရပေမယ့် အကြွင်းအကျန်လေးပဲ ရမယ်ဆိုရင်တောင်ကို ကျေနပ် ပါတယ်’ လို့ ရေရွတ်ရင်း ဘယ်တော့မှ ပြောထွက်လာမှာ မဟုတ်တဲ့ စကားသံတချို့

လှိုင်းအိမ်

အပြုရောင် သူငယ်ချင်းသို့ တာယာဖိနပ်လေး

ငါ့ကို ခွင့်လွှတ်ပါ သူငယ်ချင်းရယ်
ဖြူစင်ချင်ယောင်ဆောင်နေတဲ့ ကောင်ပေါ့
ရင်ထဲမှာတော့ အမြဲပူလောင်နေရတယ်
တစ်ယောက်တည်းကြိတ်ခံစားရတဲ့
ရက်များစွာ ရင်ထဲမှာ အဆိပ်တက်
ညများစွာ အိပ်ပျက်ခဲ့ပေါ့
သူများဦးသွားရင် ငါဟာ
ရူးများရူးသွားမလား မသိ
ရင်မချီအောင်ခံစား
နင်သိမှာလည်း ကြောက်တတ်လိုက်တာများဟာ.....
ဒါဟာ အပြစ်မကင်းတဲ့ တိတ်တခိုးချစ်ခြင်းရဲ့
စိုးထိတ်ပူပန်မှုတစ်ခုပါ.....
သူငယ်ချင်းမလေးရေ နင့်မျက်နှာလေးကို
မြှတ်နိုးစွာ ငေးလို့ တွေးရင်းနဲ့ပေါ့
‘ချစ်သူရယ်’လို့ ယောင်ညည်းမိမှာစိုးတာကြောင့်
နင်နဲ့တွေ့တိုင်း ငါ့အမူအရာတွေ
ခပ်ရိုင်းရိုင်း လုပ်ဖြစ်တယ်.....
ဖွင့်ဟမထွက် မပြောရက်ဘူး
အမုန်းတွေ အခက်ဝေမှာစိုးလို့
ချစ်သူရယ်.....တိုးတိတ်စွာပေါ့
အပြုံးတွေ အသက်ရှည်ပါစေလို့တော့ ငါလေ
မြို့သိပ်ခံစားရင်း ထာဝရပဲ
ဆုတောင်းပေးသွားပါမယ်ဟာ.....



ကျန်တော်၏ 'သူမ'

ဒိုက်

၁၈၄ သွားတက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၀၄

အခုတလော စည်သည်များဖြင့် အလုပ် ရှုပ်နေသော ကျွန်တော့်အား သူမ စိတ်ကောက် နေပေလိမ့်မည်။ ကျွန်တော့်အပြစ်ပင်။ သူမဆီသို့ လုံးဝ မသွားအား၊ ဖုန်းဆက်ရန်ပင် အချိန်မပေး နိုင်လောက်အောင်။ ယနေ့တော့ သင်္ဃန်းကျွန်း စံပြဆေးရုံကြီးဘက်တွင် ရှိနေသော သူမထံသို့ သွား၍ ချောရပေဦးမည်။ စာသင်ခန်းများရှိရာ အပေါ်ဆုံးထပ်သို့ တန်းတန်းတက်၍ ဝရန်တာ တွင် ရပ်စောင့်နေလိုက်သည်။ Duty Coat နှင့် ထွက်လာသော သူမ။ ကျွန်တော့်ကိုမြင်တော့ နှုတ်ခမ်းစုထားပါသည်။ သူမအား ယူလာသော အအေးဗူးကို ဖောက်ပေးလိုက်ကာ 'ကလေး လည်း မဟုတ်ဘဲနဲ့။ လူနာတွေမြင်ရင် ဒီဆရာမ တော်တော် အရပ်ဆိုးတာပဲ။ ရောဂါတောင် အစမ်းမခံချင်ဘူးလို့ ပြောနေကြဦးမယ်။ ပြုံးပြုံး လေးနေမှ ချစ်စရာကောင်းတာ။ ပြုံးပါကွာ ညီမလေးနော်၊ ကိုကို မောလာလို့.'

တစ်ခါတစ်ရံ Medical Ward မှ ထွက်လာ သော သူမသည် ကျွန်တော့်အား လူနာစမ်းပုံ ဖြင့် ဆေးပညာ အခေါ်အဝေါ်တချို့ကို သင်ပေး တတ်ပြန်ပါသည်။ ထိုအခါတွင်တော့ သူမသည် ကျွန်တော်က ငေးယူရလောက်အောင် သွက်လက် နေပြန်ပါသည်။ အလွန်ချစ်စရာကောင်းသော သူမကို အားမလိုအားမရ ဖြစ်မိပါသည်။

'တာတာ ကိုကိုကို ချစ်တယ်လို့ တစ်ခါမှ မပြောဘူးသေးဘူးနော်'

'မောင်နှမမလိုပဲ အမြဲကောင်းတာပါ ကိုကို ရယ်နော်၊ တာတာ မစဉ်းစားချင်သေးဘူး'

သူမကို မြင်စက ကျွန်တော့်ထက် တော် တော် ငယ်မည်ဟု ထင်ခဲ့သော်လည်း နှစ်နှစ် ကျော်ကျော်သာ ကွာသည်။ သို့သော် သူမက ကလေးဆန်ချင်တုန်း။



သူမရဲ့ အိမ်တွင်းပဋိပက္ခနဲ့ မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်း ဆက်ဆံရေးတွေကြားမှာ ကျွန် တော့်ကို ဖြေရှင်းဆုံးဖြတ်ဖို့ အမြဲတမ်းလိုလို တောင်းခံတတ်ပါတယ်။ သူမ နေမကောင်းတာ ကအစ အမြဲတမ်းပဲ ဆေးသောက်ဖို့ အကြံဉာဏ် တောင်းပါတယ်။

'ကိုကိုက ဆရာဝန်မှ မဟုတ်တာ'လို့ ပြော ရင်

'ကိုကို ပြောချင်တာပြော၊ ညီမလေးလည်း

သောက်ချင်တာ သောက်မယ်' ဒီလိုမျိုး ဆိုးနွဲ့ ပါတယ်။

သူမ၏ စိတ်ကူးယဉ်မှုများကိုလည်း တစ် ခါတရံ နှုတ်မှ ပြောပြတတ်ပါသည်။ 'တာတာ လေ တစ်ခါတလေ ဒီအဆောင်နဲ့ ကျောင်းကို ခြားထားတဲ့ မြက်ရိုင်းတောပေါ်ကို ပျံပြီး အော် လိုက်ချင်တယ်၊ မွန်းကြပ်လာတဲ့အခါမှာပေါ့။ ခပ်ကြောင်ကြောင်ပဲလို့ ကိုကို ထင်နေမှာပဲနော်'

မိုးရာသီတွင် ရေပြည့် နေတတ်သော အဆောင်ရှေ့သို့ မြေရိုင်းချိုင့်ထဲရှိ ငါးများကို ငေး နေတတ်ပြန်သည်။ ပုစွန်လုံးကလေးများကိုလည်း တုတ်နှင့်ထိုးကာ ဆော့နေရတတ်ပြန်ပါသည်။ ဖားပေါများခြင်းနှင့် အသံအမျိုးမျိုးဖြင့် ဆူညံ ကြောင်း၊ ခရကောင်ကြီးများမှာလည်း စာကြည့်ခုံ ဘေးတွင် မကြာခဏ တွယ်ကပ်ကာ အသည်း ယားစရာကောင်းကြောင်းကိုလည်း ကလေး တစ် ယောက်သဖွယ် ပြောပြနေတတ်သည်။ မြွေကို ကြောက်သော်လည်း ခဏခဏတွေ့နေသော ကြောင့် ရင်းနှီးသယောင် ရှိကြောင်း၊ မြွေ အရောင်နှင့် ပုံပန်းသဏ္ဌာန်များကို အပတ်တိုင်း နီးပါး မရိုးနိုင်အောင် ပြောပြပါသည်။ 'မြွေကို ခဏခဏ မြင်နေရလို့လား မသိဘူး၊ စာမေးပွဲ နီးလာလို့ စာကျက်တုန်း ပျင်းလာရင် မြွေကို မြင်လိုက်ရမှ စာကျက်တာ ပိုကောင်းသွား သလိုပဲ'ဟု ပြောရင်း လည်တိုင်ကို မော့ကာ တဟားဟား ရယ်တတ်ပြန်ပါသည်။ သို့သော် ကျွန်တော် နားမလည်ပါ။ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် လည်း လိုက်မရယ်မိပါ။ သူမ၏ ရယ်သံတွင် လှောင်ရယ်သံများ ပါနေသယောင်ပင်။ ကျွန်တော့် ကိုရော သူမ၏ မြွေတစ်ကောင်လောက်တောင်မှ စိတ်ဝင်စားမှု ရှိရဲ့လားမသိ။ 'ကိုကိုရဲ့အားပေးသံ တွေမှာ အားရှိစေတယ်'ဟု သူမ၏ နှုတ်မှ ဖွင့်ဟ ဝန်ခံဖို့များ ခက်နေရောသလား သို့မဟုတ် စိတ် ထဲတွင် ကျွန်တော်နှင့် ပတ်သက်သော မည်သည့် အကြောင်းအရာများမှ မရှိလေရောသလား။



ကျွန်တော် သူမအပေါ် သတိရမှုသည် တားဆီးမရစွာ။ သူမ၏ မျက်နှာကို မြင်ရမှ ကျေနပ်မည်အထိ ဖြစ်ခဲ့သည်။ အဘယ်ကြောင့် နည်းဟု ယနေ့အိပ်ရာထ ကတည်းက စဉ်းစား မရခဲ့။ Multimedia ထဲတွင် သူမ ရှိသည်ဟု သူမ၏ သူငယ်ချင်းပြောပြချက်ဖြင့် လှေကား



ထစ်များအတိုင်း ပြေးတက်လာမိသည်။ လှေကားထိပ်ကို ရောက်ခါနီးမှ ခြေခေါက်သွားသေးသည်။ ရုတ်တရက် သိပြီးသားလိုလို အတွေးတစ်ခု ဝင်လာသည်။ အော် မနေ့ညက အိပ်မက်ထဲတွင် အဖြူရောင်ဝတ်စုံဖြင့် သူမကျွန်တော့်အား လက်ပြနွှတ်ဆက်နေသည်ကို မျက်စိထဲ မြင်ယောင်လာသည်။ ထို့ကြောင့်ပင် စိတ်များ မငြိမ်မသက် ဖြစ်နေမိသည်ဟု တွေးရင်း တစ်ယောက်တည်း ပြုံးနေမိသည်။ ခြေလှမ်းကို ထုရှေ့ရပြင်ရင်း Information Communication Technology Section ခန်းမှ ကျောင်းသားများ သင်ခန်းစာ သင်ယူနေသည်ကို ပြတင်းပေါက်မှ ကျော်၍ကြည့်ရင်း သူမရှိရာ အခန်းဆီသို့ ဦးတည်လိုက်သည်။ ခန်းဆီးလိုက်ကာများ ချထားသည်။ စာသင်သံတော့ မကြားရ။ ဘေးတံခါးပေါက်ရှိ အနောက်ဘက်ဟု ထင်ရသော တံခါးပေါက်မှ လိုက်ကာကို ဖယ်မရင်း ဝေ့ကြည့်လိုက်သည်။ မှောင်နေသော အခန်းထဲတွင် Air- Con ၏ စိမ့်ခနဲ အရသာနှင့် အတူ မကျွမ်းကျင်သော ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခု၏ အတွေ့ကို ခံစားလိုက်ရသည်။ ဤအခန်းသာ လင်းနေပါက ကျွန်တော့်အား ထူးဆန်းစွာ ဝိုင်းကြည့်ကြပါလိမ့်မည်။

Computer မှ ထိုးထားသော ဆလိုက်၏ တစ်ချက်တစ်ချက် အလင်းကြောင့်သာ လူများရှိနေကြောင်း သိရသည်။ ရောင်ပြန်အစိမ်းရောင်တစ်ခု ထောင်ပြနေသည်ကို ကျွန်တော်နှင့် မနီးမဝေးတွင် မြင်လိုက်ရသည်။ သူမ၏ ဝတ်နေကျ ရောင်ပြန်နာရီ အစိမ်းရောင်ကလေးမှန်း ချက်ချင်း သတိရလိုက်သည်။ အမှောင်ထဲတွင် မျက်စိကျင့်သား ရလာ၍လည်း သူမဆီသို့ ခုံများကို ဖြတ်ကျော်ရင်း ဘေးရှိ အားနေသော ခုံတွင် ဝင်ထိုင်လိုက်ရင်း ကျွန်တော်နှင့် ဘယ်သို့မျှ မပတ်သက်သော စာများကို ထိုင်ကြည့်နေမိသည်။ 'ကိုကို ဘာဖြစ်လို့ စောစောလာတာလဲ' ကျွန်တော် ပြန်မမြေမိပါ။ ညနေမှ ချိန်းထားမှန်း သိပါသည်။ သူမကတော့ ရှေ့ကိုသာ ဆက်လက်၍ အာရုံစိုက်နေပါသည်။

ခေတ်မီသော စာသင်ခန်းများဖြင့် ဤသွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်နှင့် သူမကို မည်သို့မျှ ဆက်စပ်မှု မရှိပါဘဲ ကျွန်တော့်စိတ်တွင် ထပ်တူကျမှုဖြင့် နှိုင်းယှဉ်နေမိသည်။ ထိုအတွေးများနှင့်အတူ ခုချိန်တွင်တော့ သူမဘေးတွင်

ကျွန်တော်တစ်ယောက်တည်းသာ ထိုင်ချင်နေသည်။ ဒါပေမယ့် သူမ၏ ခုံဝန်းကျင်တွင် သူမနှင့် ပတ်သက်သော တစ်စုံတစ်ယောက်များ ရှိနေမလားမသိ။ ဂရုလည်း မစိုက်ပါ။

တစ်နေ့ သူမကစတင်၍ ရုပ်ရှင်ကြည့်ရန် ခေါ်လာပါသည်။ ကျွန်တော့်ရင်ထဲ ကြည့်နူးသွားပါသည်။ ကျွန်တော့်အကြိုက် Action ကား၏ ခပ်ကြမ်းကြမ်းအခန်းတွင် သူမ အနည်းငယ် ကြောက်ရွံ့နေပုံပေါ်ပါသည်။ ကြောက်အားပိုနေသော သူမ၏ လက်ဖဝါးကို ကျွန်တော် ဆုပ်ကိုင်ကာ အားပေးနေမိသည်။ ရုပ်ရှင်ပြီးလှတွင်တော့ 'ကိုကို ဒီဘက် နည်းနည်း' ဟုဆိုကာ လက်မောင်းကို အတင်းဆွဲလိုက်သဖြင့် သူမနှင့် အတော်ကပ်သွားပါသည်။ ကျွန်တော့်ပါး၏ နွေးထွေးမှုသည် ကိုယ်ခန္ဓာတစ်ခုလုံးသို့ ပျံ့နှံ့သွားပါသည်။

'ကိုကိုနဲ့ တာတာကို ဒီနေ့မှာ လျှောက်လည်ပြီး တာတာ လိုချင်တာကို ကိုကိုက ချစ်သက်တမ်းအဖြစ် လက်ဆောင် ဝယ်ပေးမယ်' 'တာတာနဲ့ ကိုကိုက ချစ်သူတွေမှ မဟုတ်တာ' အေးဆေးစွာဖြင့် သူမ ဆိုလိုက်သည်။ 'ဟင်..... ဒါဆို ဟိုနေ့ ရုပ်ရှင်ရုံက အဖြစ်အပျက်က 'ကျွန်တော် သူမကို မယုံကြည်နိုင်စွာဖြင့် ကြည့်မိသည်။ သို့သော် သူမသည် ခံယူချက်အပြည့်ဖြင့် ရှေ့သို့သာ၊ ခြေထပ်ထိုင်ကာ လှုပ်နေသော သူမ၏ ခြေထောက်ပင် ဟန်မပျက်။

'ကိုကိုကို နောက်နေတာ မဟုတ်လားဟင်'

ကျွန်တော်က လှုပ်ရှားနေသလောက် သူမ၏ မျက်နှာတွင် အပြုံးမရှိ၊ တိတ်ဆိတ်စွာ။

'ကျွန်မဘက်က ဖြေရှင်းစရာ မရှိသလောက်ပါဘဲ။ ကိုကိုကို တာတာ မချစ်ခဲ့သလို မုန်းလည်း မမုန်းခဲ့ပါဘူး၊ ဟိုနေ့တုန်းက ဖြစ်သွားတာကလည်း တာတာကို အရမ်း ဂရုစိုက်ကြင်နာတတ်တဲ့ ကိုကိုကို အားနာလိုပါ'

တောက်တစ်ချက် ခေါက်ခြင်းနှင့်အတူ ကျွန်တော့်ဒေါသ အစိုးအလျှံများသည် ကျွန်တော် မျက်နှာတစ်ခုလုံးတွင် ပုံအမျိုးမျိုးပင် ဖြစ်ပေါ်နေသလား မသိနိုင်တော့ပါ။

'အားနာလိုပါ'ဟူသော စကားသာ မပါခဲ့လျှင် ကျွန်တော့်အား သူမ ပြန်မချစ်ခဲ့သော်မှ အတိုင်းအဆများစွာထိ ခွင့်လွှတ်မိပေလိမ့်မည်။ သို့တည်းမဟုတ် အားနာလိုများ ဘာမှမပြော



လိုက်ပါနဲ့လား ချစ်သူရယ်။ ထို့ထက်စော၍ ကိုယ့်ကို မနမ်းခဲ့ပါနဲ့လား
ချစ်သူရယ်။
ခံစားချက် တစ်ဝက်တစ်ပျက်နဲ့
မင်းတွက်သွားပေမယ့်
ကျေနပ်နှစ်သိမ့်အပြုံး
အမှန်းမသုံးဘဲ
အရှုံးချစ်နဲ့
ချစ်နေမှာပါ။

ကျွန်တော်၏ စိတ်ထဲတွင်တော့ နာကျည်းအောင် ပြုသွားသော သူမကို
ပင် အစဉ်မြင်ယောင်နေဆဲ ရှိပါသေးသည်။ သူမ၏ အတိုင်ပင်ခံ၊ အသင်ပြခံ
အဖြစ် ဆက်လက် ရပ်တည်ချင်နေပါသည်။

မင်းအတွက်နဲ့
ကာရံမဲ့ကဗျာတစ်ပုဒ်
ခံစားချက်အိုက်မိစဉ်

ငါ စိရင်ခဲ့ဖူးတယ်..... ထင်ရဲ့။ ကလေးရယ်

အိပ်ပျော်နေသော သူမ၏ အချစ်စိတ်ထဲတွင် ဘဝင်မြင့်စေသော ဒဿန
များ ကြီးစိုးလေသလား မသိပါ။ သူမကတော့ သူမနှင့် ပညာဂုဏ်တူသူ
သို့မဟုတ် သူမထက် ဂုဏ်သိက္ခာကြီးမြင့်သူကိုမှ ရွေးချယ်ပေးလိမ့်မည်။
ဒါကတော့ အချစ်မရှိသော သူမအတွက် ဂုဏ်ယုဉ်ပြိုင် ရွေးချယ်မှုပင်
ဖြစ်ပေလိမ့်မည်။ ကျွန်တော့်လို သာမန်လူတစ်ယောက်တော့ သူမအတွက်
မရှိသုံးအဖြစ် သို့မဟုတ် ရှိခဲ့ဖူးသော သံယောဇဉ်ကို အဆက်ပြတ်စေလို
သော၊ ထို့ထက်ပို၍ ညင်သာလှပစွာ ပြောရလျှင် အတိုင်ပင်ခံ အဖော်မွန်
တစ်ယောက်မျှသာ ဖြစ်လိမ့်မည်။

ထို့ကြောင့် သူမနှင့် ထိုက်တန်သော ပန်းတစ်ပွင့် သူမကို ဆင်မြန်းခွင့်
ပေးလိုက်သည်။ ကျွန်တော့်ရဲ့ သံယောဇဉ် နှလုံးသားတစ်ခုထဲက သူမထွက်
သွားပြီးတဲ့နောက် သူမရဲ့ နောင်တအရိပ်နဲ့ ကျွန်တော့်ရင်ခွင်ထက် အားသာတဲ့
အချက်တွေနဲ့ ယှဉ်ပြိုင်လိုစိတ်တွေကို ကျွန်တော် မြင်နေရပါတယ်။

ကျွန်တော်ကတော့ သူမကို မိုက်မဲစွာ မျှော်လင့်နေမိပါသည်။ သူမဘဝ
၏ အိုအစစ်အဖြစ် အခန်းငယ်တစ်ခန်းမှ ပါဝင်ချင်ပါသည်။ အဖြူစင်ဆုံး
သော သံယောဇဉ်တစ်ခုကို ရှာဖွေချိန်တွင် သူမ ကျွန်တော့်ထံ ရောက်လာ
လိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။ သူမနှင့် ပတ်သက်သော တချို့ကိစ္စများကို
လည်း သတိရနေတတ်သည်။ သူမပေးဖတ်ခဲ့ဖူးသော စာသားကို စိတ်ထဲမှ
အစဉ်ရွတ်ဆိုနေမိပါသည်။ အင်း..... တစ်နေ့တော့

Inspection

I see her mind from her eyes.

Palpation I feel heart-beats that she needs.

Percussion

I hear echo from her soul.

Auscultation

I know heart-sounds that are songs.

Diagnosis

This love patient has love sickness.

Treatment Only the drug with my love.



■
ဒိုက်

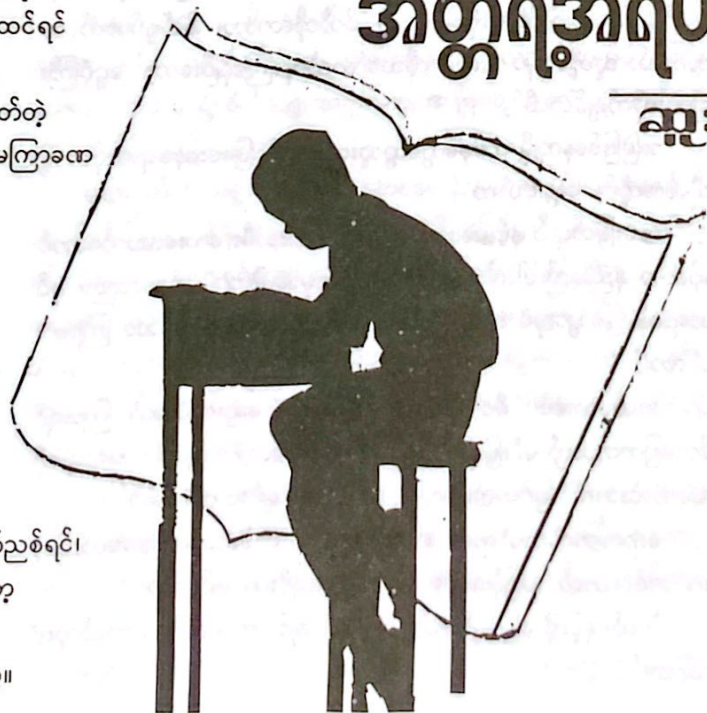
အလုပ်သင်ဆရာဝန် (၁၂/၀၃)

ဒီအချိန်ဆို မင်းမြတ်တစ်ယောက် ဆေးတက္ကသိုလ်(၂)၊
 မြောက်ဥက္ကလာရဲ့ ပထမနှစ် စာသင်ခန်းထဲမှာလား၊
 ကန်တင်း ထိုင်ပြီး သူငယ်ချင်းတွေနှင့်လား၊
 တစ်နေရာရာမှာ တစ်ယောက်တည်း ဆွေးငယ်အကြောင်းပဲ
 တွေးနေမလားဆိုတာ ဆွေးငယ် မသိပေမယ့်၊
 ဆွေးငယ်ကတော့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊
 သယံဇာတကျန်းရဲ့ ပထမနှစ် စာသင်ခန်းထဲမှာ
 ထမင်းထိုင်စားရင်း မင်းမြတ်အကြောင်း
 တွေးနေမိတယ်....။ ဆွေးငယ်နှင့် မင်းမြတ်နှင့်က
 ငယ်ငယ်လေးကတည်းက သူငယ်ချင်းတွေ၊
 မိဘချင်းကလည်း ရင်းနှီးပြီးသား၊ နှစ်ယောက်လုံးရဲ့
 အဖေတွေက အစိုးရဌာနတစ်ခုတည်း လက်အောက်က
 ဝန်ထမ်းတွေ၊ ဝန်ထမ်းသားသမီးတွေဆိုတော့
 ချမ်းချမ်းသာသာကြီး မဟုတ်ပေမယ့်
 စိတ်အေးချမ်းသာသာနှင့်တော့ နေရတာပဲ။
 ဆွေးငယ်ရဲ့မိဘတွေက လူငယ်ချင်း ချစ်ကြိုက်ခဲ့လို့
 ယူခဲ့ကြတဲ့ လူတွေ၊ ဆွေးငယ်ကလည်း
 တစ်ဦးတည်းသော သမီးလေးဆိုတော့ ဆွေးငယ်တို့
 မိသားစုမှာ ပြဿနာဆိုတာ မိုးပြိုရင်တောင်ရှိမှာ
 မဟုတ်တဲ့ အိမ်ထောင်ရေး သာယာစိုပြည်တဲ့
 မိသားစုပဲလေ။ ဆွေးငယ်ရဲ့ ခံယူချက်ကလဲ
 ပိုက်ဆံမချမ်းသာရင်နေ စိတ်ချမ်းချမ်းသာသာ
 နေရရင်ပြီးရော ဆိုတဲ့စိတ်နဲ့ နံနံလေးမှ စိတ်ရှုပ်ခံနိုင်သူ
 မဟုတ်။ မင်းမြတ်တစ်ယောက်ကတော့ မောင်နှမလေး
 ယောက်ထဲမှာ အကြီးဆုံးသား၊ မိဘတွေကလည်း
 ဝန်ထမ်းတွေဆိုတော့ စီးပွားရေးက
 အဆင်ပြေသည်ဆိုရုံလောက်သာ၊ ပိုလျှံသည် မဟုတ်၊
 စိတ်ဆတ်သည့် မင်းမြတ် မေမေနှင့် မှန်သည်ထင်ရင်
 ဘယ်သူမှ ဂရုမစိုက်တတ်တဲ့၊ တစ်ခါတရံ
 အပေါင်းအသင်းတွေနှင့် အပျော်အပါး မက်တတ်တဲ့
 မင်းမြတ်အဖေရဲ့ ကြားထဲမှာ ပြဿနာဆိုတာ မကြာခဏ
 ဖြစ်ပေါ်နေကြ။ အဆင်မပြေတဲ့ မိဘတွေက
 ကြီးပြင်းလာရတဲ့ အပြင်၊ အိမ်ရဲ့ ပြဿနာ
 အကြီးအသေး ဘယ်ကိစ္စမဆို သိကို သိနေတဲ့
 မင်းမြတ်ရဲ့စိတ်ထဲမှာ ငွေကြေးချမ်းသာမှုနှင့်
 ပတ်သက်ပြီး၊ အမြဲအလိုမကျ ဖြစ်နေတတ်တာ၊
 သူ့ဘဝကိုလည်း သူ တစ်ခါတလေ
 အားမရတတ်တာတွေကို ဆွေးငယ်ဆီမှာ
 ပြောပြနေကြဆိုတော့ ဆွေးငယ် မင်းမြတ်ကို
 အမြဲနားလည် ပေးတတ်သူလေ၊ မင်းမြတ် စိတ်ညစ်ရင်၊
 စိတ်ရှုပ်နေရင် အမြဲ အားပေးတတ်တဲ့ လူဆိုတော့
 မင်းမြတ်နှင့် ဆွေးငယ်နှင့်က တစ်ယောက်ကို
 တစ်ယောက် နားလည်မှုအပြည့်အဝရှိတဲ့ လူတွေ။

သိပ်ရက်စက်နေတာ
 မဟုတ်ဘူးဆိုတာ
 သေချာသွားတော့မှ
 အိပ်မက်က
 လန့်နှိုးလာသူတစ်ယောက်လို
 ငယ့်စိတ်တွေ
 ရုတ်တရက်
 ထိန်းချုပ်မဲ့ သွားလိုက်တာ
 ငယ် အပျော်လွန်ပြီး
 အရာရာ အားလုံးကို
 မေ့သွားလိုက်တာ
 ဝမ်းသာလွန်းလို့
 ငယ့်မျက်ရည်တွေတောင်
 ကျလာတယ်

....

အတ္တရဲ့အရိပ်



တစ်ယောက်စိတ် တစ်ယောက်သိပြီးသား မင်းမြတ်နှင့် ဆွေးငယ်တို့က (၁၀)တန်းအောင်စာရင်း ထွက်တဲ့နေ့မှာပဲ နားလည်မှု အပြည့်အဝရှိတဲ့ သူငယ်ချင်းတွေကနေ၊ ယုံကြည်မှုတွေ အပြန်အလှန်ရှိတဲ့ သိပ်ချစ်ကြတဲ့ ချစ်သူတွေ ဖြစ်သွားခဲ့ကြတာ။ နှစ်ယောက်လုံးက ဂုဏ်ထူးသုံးခုစီနှင့် အောင်ခဲ့ပြီး အမှတ်ပေါင်းက ဆွေးငယ်က မင်းမြတ်ထက်တောင် များပေမယ့်၊ လိုင်းခွဲတော့ ယောက်ျားလေးတွေကို အမှတ်နှိမ့်ခေါ်လို့ မင်းမြတ်က M.C ဝင်သွားပြီး ဆွေးငယ်က M.C ကို တစ်မှတ်တည်းနှင့် ကပ်လွဲပြီး Dental ပဲ တက်ခွင့်ရခဲ့တာလေ။

ဆွေးငယ်က စနေ၊ တနင်္ဂနွေတိုင်း မင်းမြတ် တစ်ယောက် အိမ်ရောက်လာတတ်လို့ ကျောင်းပိတ်ရက်ကို မျှော်နေတတ်တာ။ အခုလည်း မနက်ဖြန် စနေနေ့မှာ မင်းမြတ် လာမှာကို ကြိုတွေးပြီး ပြောရမယ့် စကားတွေကို စိတ်ကူးနေတာပေါ့။



ဆေးကျောင်းချင်းကွာပေမယ့် သင်ရတဲ့ စာတွေ၊ ကျက်ရတဲ့စာတွေက ပထမနှစ်မှာ အတူတူဆိုတော့ ဒီလို ကျောင်းပိတ်ရက်တွေမှာ စာအတူတူ ကျက်တာကို ဆွေးငယ်မိဘတွေက နားလည်ပေးထားတာ။ ချစ်သူတွေဆိုပေမယ့်၊ ဆွေးငယ်တို့ နှစ်ယောက်ရဲ့ ဆက်ဆံရေးက သူငယ်ချင်းတွေ၊ မောင်နှမတွေလိုပဲ ဆက်ဆံကြတော့ သူတို့ကိုယ်တိုင်က ဝန်မခံကြရင် ဘယ်သူကမှ ချစ်သူတွေလို့ ထင်ကြမှာမဟုတ်။

စက်ဘီးနှင့် အိမ်ထဲ ဝင်လာတဲ့ မင်းမြတ်ရဲ့ မျက်နှာမှာ အလိုမကျတာတွေ တွေ့ရတော့...

‘ဘာဖြစ်လာတာလဲ၊ မင်းမြတ်ရယ်၊ ဘာတွေ စုပုပ်လာတာလဲ’

မင်းမြတ် မျက်နှာညှိုးနေရင် အလိုလို မနေတတ်တာမို့ ဆွေးငယ်က စိုးရိမ်တကြီးမေးတော့....

‘ထုံးစံအတိုင်းပေါ့ဟာ၊ ရုံးပိတ်ရက်ဆိုတော့၊ ငါ့အဖေနှင့် အမေက မတွေ့ရတာကြာတဲ့ လူတွေလို စကားအေးအေးဆေးဆေး ပြောနေရင်းကနေ၊ နံနက်ချိန်ခါတေးသံသာ ဆိုနေလို့ ငါ စိတ်တိုလာတာ၊ စိတ်ရှုပ်တယ်ဟာ တကယ် သူတို့ရှေ့မှာ ရော၊ လိုသလောက်သုံးကြဆိုပြီးတော့ ငွေပုံကြီး ချပေးလိုက်ချင်တယ်’

အမြဲဖြစ်နေကျမို့ ဘာမှထွေထွေထူးထူး စိတ်ဖြေပေးနေစရာမလိုတာမို့ ထုံးစံအတိုင်း ဆွေးငယ်က

‘မင်းမြတ်ရယ် နင့်အဖေနှင့် အမေက သားသမီး လေးယောက်တောင် ဆိုတော့ နည်းနည်းပါးပါးတော့ ကျပ်တည်းမှာပေါ့ဟာ၊ နင်ကလည်း၊ နင် ဆရာဝန် ဖြစ်သွားမှပဲ သူတို့လည်း ဝန်ပေါ့သွားတော့မှာ၊ နင်သာ ကြိုးစားသိလား’

ဘယ်လောက်ပဲ စိတ်ဆိုးစရာ၊ ကြုံလာလာ ဆွေးငယ်အသံ ကြားရင် စိတ်ပြေတတ်သည့် မင်းမြတ်က ‘အေးပါ၊ နင်ကတော့ အမြဲတမ်း အရာရာကို အကောင်းဘက် မြင်တတ်တဲ့လူပဲ၊ နင်ပဲ အေးချမ်းပါတယ်နော်’

ရောက်တတ်တတ်ရာရာ စကားပြောရင်း၊ တစ်ယောက် နားမလည်တဲ့ စာ တစ်ယောက် အပြန်အလှန် စာရှင်းပြနေရင်းက မင်းမြတ်က

‘ငယ်၊ နင့်ကို ပြောရဦးမယ်၊ ငါနဲ့ Roll ချင်း ကပ်လျက်က ဘယ်သူလဲ သိလား’

အားတက်သရောနှင့် မေးလိုက်တဲ့ မင်းမြတ် စကားကို နားထောင်ပြီး....

‘ငါက ဘယ်လိုလုပ်သိမှာလဲဟဲ့၊ ဘာလဲ ကောင်မလေးချောချောဆိုပြီး၊ ငါ့ကိုသဝန်တို့ အောင် ပြောဦးမလို့လား၊ ငါက နင့်ကို ယုံကြည်ပြီးသားနော်၊ အဲဒါကြောင့် ငါဘယ်တော့မှ သဝန်တို့မှာ မဟုတ်ဘူးနော်’

ရင်ထဲက အရှိကို အရှိအတိုင်းပြောလိုက်တဲ့ ဆွေးငယ်ကို မင်းမြတ်က ‘သိပါတယ်၊ နင် ငါ့ကို ငါက ချစ်သလောက် မချစ်ဖူးဆိုတာကို’

‘ပြောရက်တယ်၊ ငါ နင့်ကို ဘယ်လောက် ချစ်တယ်ဆို ငါပဲ အသိဆုံးပါဆိုတဲ့စကားတော့ မင်းမြတ်ကို မပြောတော့ပါဘူး’

‘တော်ပါတော့၊ ပြောစရာရှိတာပြော၊ ဘယ်သူလဲ’

‘နင် Neuro ဆရာဝန်ကြီး Dr. စိုးမင်းကို သိလား’

‘သိသားပဲ၊ ဒီလောက် နာမည်ကြီးပြီး အရမ်းအောင်မြင်နေတဲ့ ဆရာဝန်ကြီးကို ငါ သိတာပေါ့’

‘အေး၊ အဲဒီဆရာဝန်ကြီးရဲ့ သမီးလေး မေသော်တာတဲ့၊ သူတို့က တော်တော်ကို ချမ်းသာတာ၊ သူက ချောလည်း ချောတယ်၊ ထက်လည်း ထက်တယ်၊ ငါနဲ့ကလည်း တော်တော်ခင်တယ်ဟာ၊ Prac. တူတူလုပ်ရင်း ခင်သွားကြတာလေ၊ သူက ပွင့်လင်းတော့ ငါလည်း ခင်တာပေါ့၊ အဲဒါ နင့်ကို ပြောပြထားတာနော်၊ နောက်မှ...’

‘စိတ်ပူတတ်ရန်ကော မင်းမြတ်ရယ်၊ ငါက နင့်ကို ဘယ်တော့မှ သံသယဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာ သိလျက်နဲ့... လာပြောနေသေးတယ်’

‘လုံးဝပဲ၊ ဘာမှ စိတ်ပူမနေနဲ့၊ ငါ နားလည်ပေးလိုရတယ် သိလား’

တကယ်ဆိုမင်းမြတ်က ဆွေးငယ်ဆီက ငါ နင့်ကို စိတ်မချဘူးနော်၊ ငါ့ကိုပဲ ချစ်ရမယ်နော်၊ ရုတ်ရုတ်ရုတ်ရုတ်၊ ရှုပ်ရှုပ်ယှက်ယှက် မလုပ်နဲ့ ဆိုပြီး ပြောစေချင်ပေမယ့်၊ သူ ဘာပြောပြော အေးတိအေးစက် ပုံစံလေးနဲ့၊ ဘယ်တော့မှ သဝန် မတိုတတ်တဲ့ ချစ်သူလေးကို ကြည့်ပြီး အားမရ ဖြစ်နေမိတယ်။

သူများ ချစ်သူတွေလို ရုပ်ရှင် ခေါ်မရ၊ အင်းလျားလည်း လိုက်မထိုင်၊ အိမ်မှာတွေ့ရန်သာ ခွင့်ပြုတဲ့ သူရဲချစ်သူလေးကို သူကလည်း တန်ဖိုးထားပြီး မြတ်မြတ်နိုးနိုးကို ချစ်တာ၊ ဘယ်တော့

မဆို စကားအေးအေး ပြောတတ်တာ။ အိမ်မှာဆို ဆံပင်ရှည်လေးကို ဖြန့်ချထားတတ်တာ။ သနပ်ခါး ခြေဆုံး ခေါင်းဆုံး လိမ်းထားတတ်တဲ့ ဆွေးငယ်ရဲ့ အမူအကျင့်လေးတွေက သူ့ကို အချစ်ပိုစေတယ်လေ။ တကယ်လို့ မေသော်တာဆိုတဲ့ မိန်းမတစ်ယောက်သာ သူ့ဘဝထဲ မရောက်ခဲ့ရင်၊ သူနဲ့ ဆွေးငယ်တို့ရဲ့ ဇာတ်လမ်းကလည်း ဘာအခက်အခဲ၊ ပြဿနာမှ ရှိလာမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

2nd: year စတက်ကတည်းက ဘာသာချင်းလည်း သိပ်မတူတာမို့ ဆွေးငယ်တို့ အရင်ကလို ခဏခဏ မတွေ့ဖြစ်တော့ဘူး။ မင်းမြတ်ကလည်း သူ့စာနဲ့သူ၊ ဆွေးငယ်ကလည်း ကိုယ့်စာနဲ့ကိုယ်မို့ တစ်လတစ်ခေါက်လောက်သာ တွေ့ဖြစ်တော့တယ်။ တွေ့ဖြစ်ရင်လည်း မင်းမြတ်က ဆွေးငယ်ကို ဘယ်လောက်သတိရနေကြောင်း၊ လွမ်းကြောင်းတွေကိုသာ ပြောတတ်ပေမယ့်၊ ဆွေးငယ်ကတော့ မင်းမြတ်ပြောသမျှကို နားထောင်နေရုံလောက်သာ နောက်ပိုင်းမှာ မင်းမြတ်က မေသော်တာရဲ့ တော်ကြောင်း၊ အရည်အချင်းရှိကြောင်းတွေကို ပြောပြပြီး၊ ဆွေးငယ်သဝဏ်တိုတတ်လာအောင် ပြောပေမယ့် ဆွေးငယ်ကတော့ အေးအေးဆေးဆေးပင်။

ဆွေးငယ်ရဲ့စိတ်မှာတော့ မင်းမြတ်ကို နားလည်ပြီးသားမို့၊ မင်းမြတ်၊ ဆွေးငယ်ကို စိတ်တိုလာအောင် ပြောနေတယ်ဆိုတာ သိနေတာနဲ့ပဲ မင်းမြတ်ကို ဘာမှပြန်မပြောမိတာ။ မင်းမြတ်ကို ချစ်နေရုံကလွဲပြီး ယုယမှု၊ ကြင်နာမှု ဘာတစ်ခုမှ မပေးတတ်တဲ့ ဆွေးငယ်ရဲ့ အားနည်းချက်တွေဟာ နောက်ပိုင်းမှာ ဆွေးငယ်တို့နှစ်ယောက်ကို ကွဲကွာစေသွားလိမ့်မယ်လို့ တကယ်မထင်ခဲ့တာပါ။

ငယ်နဲ့ မတွေ့ဖြစ်တဲ့နေ့တွေမှာ မင်းမြတ်ရဲ့ စိတ်ထဲမှာ ငယ်က အမြဲတမ်း စိုးမိုးနေပေမယ့် တကယ်တမ်း မင်းမြတ်ရဲ့ ဘေးနားမှာ ရှိနေတာက မေသော်တာပဲ။ ငယ်လိုမျိုး အေးတိအေးစက်၊ မြဲစိစိ မဟုတ်ဘဲနဲ့၊ အမြဲတမ်း ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းနဲ့ ပြောတတ်ဆိုတတ်တဲ့ မေသော်တာကို မင်းမြတ်သဘောကျမိတယ်။ ဆွေးငယ်လို မင်းမြတ်ကို ချစ်တယ်သာ ပြောပြီး၊ မယုယ၊ မကြင်နာတတ်တာမျိုး မဟုတ်ဘဲ၊ မင်းမြတ်ကို ဂရုစိုက်တယ်၊ မင်းမြတ် နေမကောင်းရင်လည်း ဆေးတိုက်တတ်တယ်၊ တစ်ခါတလေ မင်းမြတ် ဆံပင်တွေ ရှုပ်နေရင်လည်း

‘မင်းမြတ် ဆံပင်တွေ ပွနေတယ်၊ လာ သော်တာ ဖြီးပေးမယ်’ ဆိုပြီးတော့လည်း ဖြီးပေးတတ်သေးတယ်။

‘မင်းမြတ် မင်း အင်္ကျီအပေါ်ကြယ်သီးတစ်လုံး ပြုတ်နေတယ်၊ လာ သော်တာ တပ်ပေးမယ်’ ဆိုတာမျိုးတွေ၊ မင်းမြတ် ချွေးထွက်နေရင် တစ်ရှူးထုတ်ပေးတတ်တာ၊ ထမင်းစားပြီးဆိုရင် မင်းမြတ် ယန်းကန်ထဲကို ထည့်ပေးပြီး တော့မှ စားတတ်တာတွေ အားလုံး အားလုံးဟာ မင်းမြတ်ရဲ့ စိတ်ကို မေသော်တာဘက် ယိမ်းယိုင်စေခဲ့တယ်။

သော်တာအမေရဲ့ အောင်မြင်မှုတွေကို မင်းမြတ် အားကျသလို၊ အမြဲလိုတရဖြစ်တဲ့ ဆွေးငယ်နဲ့ ယှဉ်လိုက်ရင်တော့ ဆွေးငယ်လို အေးချမ်းတည်ငြိမ်တဲ့ အလှမရှိပေမယ့် သော်တာမှာလည်း ဆွဲဆောင်မှုရှိတာပဲ။ ဆွေးငယ်လောက် ဆံပင် မရှည်ပေမယ့် သော်တာနဲ့ သရိုးစတပ် ဆံပင်ပုံကလည်း ကြည့်လို့ လှတာပဲလေ။

ဆွေးငယ်လောက် စိတ်အေးချမ်းသာမှု၊ မြင်လိုက်တာနဲ့ အမောပြေစေလောက်တဲ့ စွမ်းအင်မျိုး မရှိတာဘဲ သော်တာနဲ့ ကွာတယ်။ ဆွေးငယ်ကို သူတကယ်ချစ်ခဲ့ပေမယ့်၊ ဘဝလက်တွဲဖော်အဖြစ် ရည်ရွယ်ခဲ့ပေမယ့်လည်း ငွေကြေး အဆင်မပြေဖြစ်မှာကို အကြောက်ဆုံးပဲ၊ မင်းမြတ်ရဲ့ မသိစိတ်ထဲမှာ အရမ်းကို ချမ်းသာချင်တဲ့စိတ်က အချိန်ပြည့်လို စိုးမိုးနေခဲ့တာ။

ဆွေးငယ်ကိုပဲ သူ လက်တွဲမယ်ဆိုရင် ဘဝမှာ တော်တော်လေး ကြိုးစားမှ အောင်မြင်မှု၊ ချမ်းသာမှုတွေကို ရမှာ မင်းမြတ်ရဲ့ မောင်နှမတွေအတွက်ပဲ မင်းမြတ်ပဲ တာဝန်ယူရတော့မှာ၊ တကယ်လို့ အဆင်မပြေခဲ့ရင် ဆွေးငယ်ပါ သူတို့ မိသားစုကို ဝိုင်းပြီး ကူညီစောင့်ရှောက်ပေးရမှာဆိုတော့ သေချာစဉ်းစားကြည့်လေ မင်းမြတ် သော်တာကို ပိုပြီး လိုချင်လာလေပဲ။

သော်တာကို သူ Propose လုပ်ရင် သော်တာကလည်း သူ့ကို ငြင်းမှာ မဟုတ်ဘူး။ သူ့အပေါ်မှာ သော်တာ ထားတဲ့ စိတ်ကိုလည်း ယောက်ျားတစ်ယောက်အနေနဲ့ သူ ခန့်မှန်းလို့ရနေတော့ သော်တာနဲ့သာဆို သူ အဆင်ပြေမှာပဲ။ မိသားစုအတွက်လည်း စိတ်မပူရတော့သလို၊ သူ့ပညာရေးလည်း ဒီထက်ပိုပြီး မြင့်မားလာတော့မှာဆိုတော့...

ဆွေးငယ်ရေ... ငါ နင့်ကို တကယ်ကို အချစ်ကြီး ချစ်ခဲ့ပေမယ့်၊ နင်ရော ငါပါ မပျော်ရွှင်ရမယ့် ဘဝတစ်ခုကို ငါတည်ဆောက်ဖို့ မကြိုးစားတော့ဘူး။ ငါရဲ့ စိတ်တွေ၊ အချစ်တွေ၊ အချိန်တွေအားလုံးကို သော်တာကိုပဲ အပိုင်ပေးလိုက်တော့မယ်။

ဆွေးငယ်ကို ရှောင်မှန်းမသိ ရှောင်နေလိုက်တော့မယ်၊ ဆွေးငယ်လို အပြစ်မရှိ ဖြူစင်တဲ့မိန်းကလေးတစ်ယောက်ကို အပြစ်ရှာဖို့ဆိုတာ မလွယ်ကူမှန်းသိပေမယ့်၊ တွေ့ရင်တော့ ဆွေးငယ်ကို လွမ်းမိတဲ့အချိန်တိုင်းမှာ သော်တာအကြောင်းပဲ စဉ်းစားနေမိတယ်။ မလုပ်သင့်ဘူး၊ မဖြစ်သင့်ဘူးဆိုတာ သိနေပေမယ့်လည်း အတ္တကြီးတယ်ပဲ ပြောရမလား၊ ငွေမက်တယ်လို့ပဲ ဆိုရမလား၊ ဘယ်လိုခေါင်းစဉ် တပ်ရမှန်းတောင် မသိပေမယ့် ဆွေးငယ်နဲ့ လမ်းခွဲဖို့ကတော့ သူ့အတွက် သေချာနေခဲ့တာပဲ။

2nd: year final exam. လည်း နီးနေပြီမို့ မင်းမြတ်တစ်ယောက် စာတွေဘက်ပဲ အာရုံစိုက်၊ ဆွေးငယ်နဲ့ သော်တာကိစ္စကို ခဏမေ့ထားပြီး၊ စာမေးပွဲပြီးလို့ ကျောင်းရက်ရှည်ပိတ်မှပဲ ဆွေးငယ်နဲ့ တွေ့တော့မယ်လို့ ဆုံးဖြတ်ထားလိုက်တယ်။

ဆွေးငယ်ဆီ အလာကွဲနေတဲ့ မင်းမြတ်တစ်ယောက်၊ စာတွေ များနေလို့ပဲ

ဆိုပြီး ဆွေးငယ်နားလည်ခဲ့ပေမယ့် ဆွေးငယ်တို့ 2nd: year ပြီးလို့ ကျောင်းပိတ်ထားချိန်မှာ အိမ်ကိုရောက်လာတိုင်း အပြစ်တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခု ရှာနေတတ်တဲ့ မင်းမြတ်ကို ဆွေးငယ် နားလည်လို့ မရတော့ဘူး။

ဆွေးငယ်နဲ့ လမ်းခွဲမယ်ဆိုပြီး ဆွေးငယ်ကို စကားအပြတ်ပြောမယ်၊ အားတင်းပြီး ခဏခဏ ရောက်ရောက်သွားတတ်ပေမယ့် ဆွေးငယ် မျက်နှာ လေးကို မြင်လိုက်တာနဲ့၊ စိတ်ကူးထားသမျှအားလုံး ပျက်စီးသွားတတ်တာ၊ ဆွေးငယ်ကို မြင်ရလေ၊ သူ ဆွေးငယ်ကို ဘယ်လောက် ချစ်တယ်ဆိုတာ သိလာလေဖြစ်ပေမယ့် မင်းမြတ်ရင်ထဲက ဆုံးဖြတ်ချက်ကတော့ ပြင်လို့ မရတော့တာ။

နောက်ဆုံး၊ ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုကို ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်ချပြီးတဲ့နေ့မှာ မင်းမြတ်နဲ့ ဆွေးငယ်တို့ စကားအခြေအတင်ပြောရတော့တာပေါ့ -

‘ငယ်၊ နင့်ကို ဘဝရည်မှန်းချက် သိပ်မထားဘဲ၊ လောဘ မရှိတဲ့ ပုံမျိုးနဲ့ ငါနဲ့တော့ မဖြစ်ဖူးနဲ့ တူတယ်နော်’ အမြဲလိုလို ပြဿနာ ရှာလာ တတ်တာ သိပေမယ့်၊ အခုလိုမျိုး တစ်ခါမှ မပြောဖူးတဲ့ မင်းမြတ်ကို ဆွေးငယ် တကယ်အံ့ဩတာပါ။

‘နင်ဘာတွေပြောနေတာလဲ မင်းမြတ်၊ ငါ့ဘဝမှာ နင်ရယ်၊ ငါ့မိဘတွေ ရယ်ရှိနေရင် လုံခြုံပြည့်စုံနေတာပဲလေ၊ သာမန် Dentist တစ်ယောက် အနေနဲ့ လည်း ထမင်းငတ်သေစရာ အကြောင်းမရှိပါဘူး’

‘ငါ့အတွက်ကတော့ အောင်မြင်တဲ့ Dentist တစ်ယောက်ဖြစ်ချင်သလို၊ အရည်အချင်းရှိတဲ့ မိန်းမပီသတဲ့ အိမ်ထောင်ရှင်မကောင်းလည်း ဖြစ်ချင် တာပဲ၊ နင်က ဘာတွေ အလိုမကျဖြစ်နေရတာလဲ....’

ငယ်ရေ ငါအခုပြောမယ့်စကားတွေက နှလုံးသားထဲက မဟုတ်ပါဘူး၊ ဦးနှောက်နဲ့စဉ်းစား ဆုံးဖြတ်ပြီး ပြောတဲ့စကားတွေဆိုတာ ငယ်ကိုတော့ ပေးမသိတော့ပါဘူး....

‘ငယ်၊ ငါရဲ့ မပြည့်စုံတဲ့ဘဝထဲကို နင့်ကို ငါ မခေါ်ရက်ဘူးဟာ၊ အဲဒီတော့ ငါ့ထက်သာတဲ့ ငါ့ထက်ပို အရည်အချင်းရှိတဲ့ နင့်ကို စိတ်ဝင်စား နေတဲ့ လူတစ်ယောက်ယောက်ကို နင်လက်ခံလိုက်ပါလားငယ်’ ရုတ်တရက် အစော်ကားခံလိုက်ရသလို ဘာကိုမှ ယုံကြည်လို့မရတော့ဘဲ။

‘မင်းမြတ်၊ ငါ့ကို ဘာတွေ လာပြောနေတာလဲ၊ ငါ့ဝတ်စုံမှာ နင်ပဲ ရှိတာလေ’

‘သိပါတယ် ငယ်ရယ်၊ ဒါပေမယ့် ငါ့ဘဝထဲမှာက သော်တာ ရှိနေပြီ လေ၊ ငါ့စကားကို နားထောင်လိုက်ပါငယ်၊ နင့်ဘဝ ကောင်းစားဖို့ပါ၊ ငါဆုံးဖြတ်ပြီးပြီ၊ တို့လမ်းခွဲကြမယ်၊ မေ့လိုက်ကြရအောင်နော်’

ငယ်တစ်ကိုယ်လုံး အေးစက်တောင့်တင့်သွားပြီး၊ ခဏ သေသွား သလားလို့တောင် ထင်မိတယ်၊ ကျောခိုင်း လှည့်ထွက်သွားတဲ့ မင်းမြတ် ကျောပြင်ကို လိုက်ကြည့်ရင်း ငယ်အချစ်တွေ၊ စိတ်တွေ သေကုန်သလို ပါပဲလား....

ကံကြမ္မာရဲ့ မျက်နှာသာပေးခြင်းကို အမြဲခံခဲ့ရတဲ့ ဆွေးငယ်တစ်ယောက်၊ ဒီတစ်ခါတော့ ကံကြမ္မာရဲ့ လှည့်ကွက်ကို လှလှပပကြီး ခံလိုက်ရပြီ၊ ငယ်ဘဝ ထဲကို ကံဆိုးခြင်းတွေက မှန်တိုင်းတစ်ခုလို ဝင်ရောက်တိုက်ခိုက်ခဲ့တာ အားလုံး အားလုံး မင်းမြတ်ကြောင့်ပဲ.... ငယ်ဘဝမှာ စိတ်ဆင်းရဲမှု၊ စိတ်ပူပင် သောကရောက်ရမှုတွေကို ခံစားစေခဲ့ပြီး၊ ငယ်ကို အပြစ်ရှာပြီး ထားသွားခဲ့တဲ့ မင်းမြတ်ကို ငယ် စိတ်နာ၊ နာကျည်းသင့်ပေမယ့်၊ နည်းနည်းလေးတောင်

ငယ် ငြိငြင်မှု မရှိခဲ့ဘူး....ငယ်အဖြစ်ကိုပဲ ငယ် ယူကြီးမရ ဖြစ်နေခဲ့ပြီး ဘယ်အချိန်ကတည်းက ငယ်အတွင်း စိတ်ထဲဝင်နေမှန်း မသိတဲ့ ငယ်မာန တွေကြောင့်သာ မင်းမြတ်ကို ဆက်သွယ်ဖို့ လုံးဝ မကြိုးစားခဲ့ဖူးငယ်ဆီကို မင်းမြတ် ပြန်လာ မယ့်ရက် တွေကိုပဲ ငယ်မျှော်နေရင်း Clinical year ရောက်ပြီဖြစ်လို့ ကျောင်းစာတွေထဲမှာပဲ ငယ် စိတ်နှစ်ထားလိုက်တော့တယ်....

မင်းမြတ် ဆွေးငယ်ကို ဘာကြောင့်ထား သွားတာလဲလို့ အချိန်ပြည့် စဉ်းစားနေခဲ့ပေမယ့် ဘယ်တော့မှ အဖြေထွက်မလာခဲ့တာ၊ တစ်နေ့ တော့ ဆွေးငယ် အကြောင်းရင်းအမှန်ကို သိခွင့် ရခဲ့တယ် အဲဒီနေ့က ဆွေးငယ်တို့ သူငယ်ချင်း တစ်စု ပလာစာ ဈေးဝယ်နေရင်း I donut မှာ မုန့်ထိုင်စားနေတုန်း ဆိုင်ရှေ့က ဖြတ်သွားတဲ့ စုံတွဲကို မြင်လိုက်တော့ ငယ် တစ်ကိုယ်လုံး ကျင်ခနဲ ဖြစ်သွားတယ်.... ငယ်ဘေးနားက သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်က....

‘ဟဲ့၊ နင်တို့သိလား၊ ဟိုကဖြတ်သွားတဲ့ အတွဲလေ၊ အင်္ကျီမိုးပြာ၊ ဂျင်းဘောင်းဘီနဲ့ ကောင် မလေးကို တွေ့လား၊ အဲဒါ Dr. စိုးမင်းရဲ့ သမီး လေး တစ်ဦးတည်းသော သမီးနော်၊ ချမ်းသာ သလားမမေးနဲ့၊ ငါ အစကတော့ သူ့မှာ ရည်းစား ရှိတယ် မကြားမိပါဘူး၊ မဆိုးဘူးဟဲ့ ကောင်လေး က ချောတယ်နော်’

ဆက်ပြောနေတဲ့ စကားတွေကို ငယ် ကြား တစ်ချက်၊ မကြားတစ်ချက် မင်းမြတ် ပြောပြနေ တဲ့ မေသော်တာဆိုတာ မင်းမြတ်ရဲ့ ချစ်သူ ဖြစ်နေပြီပဲ၊ ကြည့်ပါဦး၊ ငယ်နဲ့များ ကွာချက် ငယ်ကို ရိုးရိုးပုံတုံးကြီး မဟုတ်ဘဲ၊ ခေတ်ဆန်ဆန် လေး၊ မင်းမြတ်လက်မောင်းကို တွယ်ပြီး၊ ပန်း ကို မှီလမ်း လျှောက်သွားတာ နှစ်ယောက်လုံး ပြုံးရယ်နေတဲ့ပုံကို ငယ်မျက်စိထဲကနေ မထွက်၊ တော်တော်ချမ်းသာတယ်ဆိုတော့ မင်းမြတ် ကံကောင်းပါတယ်။

‘ငါ့ထက်သာတဲ့ လူတွေရင် လက်ခံလိုက် ပါ’ လို့ နင်မပြောခဲ့ဘဲ၊ ‘နင်ထက်သာတာ တွေလို့ ငါထားခဲ့ပြီလို့’ ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောခဲ့ရင်တောင် ငါခွင့်လွှတ်ဦးမယ် မင်းမြတ် ရယ်၊ နင်တကယ်လုပ်ရက်တယ်....

ဆွေးငယ်ရဲ့ ကျောင်းကို မင်းမြတ်တစ်ခါမှ လာမလည်ဖူးတာရော၊ စကားနည်းတဲ့အကျင့် ကြောင့် ဆွေးငယ်က မင်းမြတ်အကြောင်း ပြော

မပြုဖူးတာတွေကြောင့် ဆွေးငယ် သူငယ်ချင်းတွေ ကတော့ ဆွေးငယ်နဲ့ မင်းမြတ်အကြောင်းကို ဘာမှမသိခဲ့ဘူးလေ.....ငယ်အတွက် ကံကောင်း သွားတာပေါ့.....

မင်းမြတ်ကို လွမ်းစရာရှိတိုင်း၊ နာစရာနဲ့ ဖြေနေရတဲ့ ဆွေးငယ်ရဲ့ ဘဝထဲကို မထင်မှတ်ဘဲ ရောက်လာတာတော့ ဆွေးငယ်တို့ စိန်ယာက ကိုပြည့်စုံပဲလေ..... ဆွေးငယ်တို့ 3rd: year မှာ J.O.C ဖြေပြီး၊ Patient ကိုင်ရတော့ Con: ဌာနမှာ အလှည့်ကျနေတဲ့ ကိုပြည့်စုံနဲ့ စပြီးခင်ခဲ့တယ်။ ကိုပြည့်စုံရဲ့ ပြောပြချက်အရ ငယ်ကို ဟိုးပထမ နှစ်ကတည်းက သတိထားမိကြောင်း၊ ငယ်ကို မာနကြီးမယ်ထင်ပြီး စမိတ်မဆက်ရဲခဲ့တာတွေကို ပြောပြတယ်။

ငယ်အကြောင်းတွေကိုလည်း သူတော်တော် စုံစမ်းထားခဲ့တယ်။ ငယ်မိဘ၊ ငယ်လိပ်စာ၊ ငယ် အသိုင်းအဝိုင်း အားလုံးသူသိတယ်။ သူမသိတာ ကတော့ ငယ်နဲ့မင်းမြတ်အကြောင်းပဲ။ ငယ် ထင်ထားခဲ့တဲ့အတိုင်း ငယ်တို့ 3rd: year, final result ထွက်တဲ့နေ့မှာပဲ ငယ်ကို သူဖွင့်ပြောလာ ခဲ့တယ်။

‘ငယ်ကို၊ ကိုယ်တကယ်ချစ်တာပါ။ ညီ မလေးရယ်၊ အေးအေးတည်ငြိမ်တဲ့ ငယ်ဘဝ ဆက်ပြီး အေးချမ်းသာယာဖို့ ကိုယ်တာဝန်ယူပါ ရစေ။ ငယ်ဘဝမှာ ဘာစိတ်ဆင်းရဲမှုမှ မကြုံ တွေ့စေရဘူးလို့ ကိုယ် အာမခံပါတယ်။ ငယ် ရယ်’

ကိုပြည့်စုံက ငယ်လက်ခံသင့်တဲ့ လူတစ် ယောက်ဖြစ်ပေမယ့် ငယ်စိတ်ဝင်စားလို့မရတာနဲ့ ဘဲ

‘ငယ် ဒီကိစ္စတွေ မစဉ်းစားဘူး ကိုပြည့်စုံ၊ ငယ် လူရွေးမှားမှာ အရမ်းကြောက်တယ်။ ငယ်ကို တကယ်ချစ်တယ်၊ မြတ်နိုးတယ်ဆိုရင် ငယ်မိဘ တွေဆီမှာ ငယ်ကို လာတောင်းပါ။ သူတို့ လက်ခံ ရင် ငယ် ငြင်းစရာမရှိပါဘူး’ လို့ ပြန်ဖြေမိခဲ့ တယ်.....

ငယ်စိတ်ထဲမှာ ကိုပြည့်စုံ ငယ်ကို တကယ် မတောင်းလောက်ဘူးလို့ ထင်ခဲ့ပေမယ့်၊ နောက် တော့မှ ငယ်အထင်မှားမှန်း သိရတော့တယ်



တစ်ခါတရံ ဆွေးငယ်ကို သတိရတာက

လွဲရင် သော်တာနားမှာ နေရတာ ပျော်နေတတ်တဲ့ မင်းမြတ် တစ်ယောက် Final part II နှစ်စလောက်မှာပဲ ဝဋ်လိုက်တယ် ခေါ်ရမလားမသိအောင် ကံကြမ္မာရဟတ်က သူ့ဘက် တစ်ပတ်ပြန်လည်လာခဲ့တယ်.....

အစပိုင်းတုန်းကတော့ သော်တာရဲ့ သံသယတွေ၊ သဝန်မှုတွေကို သူ သာယာမိခဲ့တယ်။ သူမကလွဲရင် တခြားမိန်းကလေးတွေကို ကြည့်မိတာ တောင် မကြိုက်တဲ့ သော်တာကို ဆွေးငယ်နဲ့ နှိုင်းယှဉ်မိတိုင်း သူ့ရင်ထဲ အမျိုးအမည်မသိတဲ့ ဝေဒနာတစ်ခု ခံစားခဲ့ရတယ်.....

တစ်ခါတလေ ‘သော်တာ၊ လက်သည်းတွေ ရှည်နေလို့ ဟန်နီ ညှပ်ပေးဦး’ ဆိုတာက တစ်မျိုး ‘ဟန်နီ၊ သော်တာကို လက်သည်းနီ ဆိုးပေးဦး’ ဆိုပြီး၊ အပျော့ဆွဲလေးနဲ့ မင်းမြတ်ကို ဆိုးခဲ့တာတွေကို မင်းမြတ် ကိုယ်တိုင်ကလည်း သာယာမိသေးတယ်။ ဆွေးငယ်နဲ့တုန်းက မရခဲ့တာ နှစ်ယောက်အတူ ရပ်ရှင်ကြည့်ခွင့်၊ ဈေးပတ်ခွင့်တွေကိုလည်း သော်တာက မင်းမြတ်ကို ပေးခဲ့သေးတယ်။ မင်းမြတ်အတွက်တော့ ကျေနပ်စရာတွေပဲပေါ့။ ဒါပေမယ့် မင်းမြတ်ထင်ထားခဲ့တဲ့ ကိစ္စတစ်ခု မင်းမြတ်ကို Final part II ရောက်မှ ဖြစ်လာတော့ မင်းမြတ်အလှည့်ပေါ့..... တစ်နေ့ သော်တာက

‘ဟန်နီ၊ သော်တာလေ ဟန်နီကို ပြောစရာ၊ ဝန်ခံစရာ တစ်ခုရှိတယ် သော်တာဘဝမှာ သော်တာအမြဲတမ်း ဦးနှောက်နဲ့ နှလုံးသားတို့ ခွဲခြားထား ခဲ့တာ၊ အခု သော်တာစိတ်ကို အလိုလိုက်ပြီး၊ ဟန်နီကို ချစ်ခဲ့တယ်၊ သော်တာ လိုချင်တဲ့ ဟန်နီအချစ်ကိုလည်း ရခဲ့တယ်၊ သော်တာ ကျေနပ်ပါတယ်၊ အခုလေ သော်တာက အိမ်က သဘောတူတဲ့လူနဲ့ စေ့စပ်ဖို့ လက်ခံလိုက်ပြီ သိလား’

‘သော်တာ မင်းရူးနေလား၊ ဘာတွေ ပြောနေတာလဲ၊ မင်း ငါ့ကို လက်ခံခဲ့တာ ဘဝတစ်ခုလုံးအတွက် မဟုတ်ဘူးလား’

‘မဟုတ်ဘူး ဟန်နီ၊ သော်တာကို နားလည်ပေးပါ။ သော်တာကို တကယ်ချစ်တယ်ဆိုရင် ခွင့်လွှတ်ပေးပါ။ အခု သော်တာ လက်ခံလိုက်တဲ့လူ က ဟန်နီထက် သာတယ်လေ၊ သော်တာထက် အသက်(၁၀)နှစ် လောက် ကြီးပြီး၊ သော်တာကိုလည်း တော်တော်ချစ်ရှာတယ်၊ သော်တာတို့ လက်ထပ် ပြီးရင် သူ့လုပ်ငန်းတွေရှိတဲ့ America ကို သော်တာ လိုက်သွားတော့မှာ၊ ဟန်နီက သော်တာ ရူးလောက်အောင် ချစ်ပေမယ့် သော်တာဘဝအတွက် သော်တာ သူ့ကို လက်ခံလိုက်တာပါ’

ဖြတ်ပြီးတော့ အထပ်ထပ် အရိုက်ခံရသလို၊ တစ်ကိုယ်လုံးမှာ သွေး လှည့်ပတ်မှု မရှိတော့ဘူးလို့ ထင်ရလောက်အောင် မင်းမြတ် တစ်ကိုယ်လုံး ဒေါသဖြင့် တုန်ခါနေပြီ။

‘မေသော်တာ၊ မင်းသိပ်အတ္တကြီးတယ်၊ တစ်ကိုယ်ကောင်း သိပ်ဆန် တယ်၊ မင်းကိုယ်မင်း သိပ်ဟုတ်ပြီလို့တော့ မထင်နဲ့၊ ငါမင်းကို တကယ် ချစ်ခဲ့တာ မဟုတ်ဘူး၊ ငါ့မှာ မင်းထက် စိတ်ဓာတ် အများကြီးသာတဲ့ သိပ် ဖြူစင်ပြီး ချစ်ဖို့သိပ်ကောင်းတဲ့ ချစ်သူတစ်ယောက် ရှိနေခဲ့ပြီးသား၊ သူ့ကို ငါ့ရဲ့အဆင်မပြေမှုတွေထဲ တွဲမခေါ်ရက်လို့သာ၊ ထားခဲ့ရတာ၊ ပြီးတော့ မင်းကိုလည်း ငါက ငါ့ဘဝအတွက် မချစ်ဘဲနဲ့ ရွေးချယ်ခဲ့တာ၊ မင်းနဲ့ဝေးရလို့ ငါသိပ်ခံစားရလိမ့်မယ်လို့တော့ မထင်နဲ့၊ ဆောရီးဘဲ’

ပြောချင်သလောက်သာပြောပြီး လှည့်ထွက်ခဲ့တာမို့၊ မေသော်တာ တစ်ယောက် ဘယ်လိုကျန်ခဲ့မှန်း မသိပေမယ့် မင်းမြတ် ရင်ထဲမှာ ဝမ်းနည်း၊ ဝမ်းသာ ဒေါသဖြစ်လျက်၊ ကိုယ့်ကိုကိုယ်သာ အပြစ်တွေအထပ်ထပ်

တင်နေမိတော့တယ်။ လက်ထဲမှာရှိတဲ့ ငှက်ထက် သစ်ပင်ပေါ်က ငှက်က ပိုတန်ဖိုးရှိတယ်ထင်လို့ လက်ပေါ်က ငှက်ကို လွှင့်ပစ်ပြီး၊ အပင်ထက်က ငှက်လေးကို ဖမ်းမလို့ ကြံစည်းမိပေမယ့်၊ သူသာ ပြန်ပြီး အလှည့်စား ခံခဲ့ရတာမို့၊ မင်းမြတ် သူ့ကိုယ်သူ ဒေါသထွက်၍ မဆုံးတော့

Final year ရောက်ပြီမို့ စာတွေနဲ့ လုံးလည်ချာလည်နေခဲ့တဲ့ ဆွေးငယ်ကို House Surgeon ကိုပြည့်စုံက အစစအရာရာ ကူညီခဲ့တယ်။ လက်လျှော့သွား ပြီလို့ ထင်ရလောက်အောင် လက်ထပ်ဖို့ကိစ္စကို ဘာမှ ထပ်မပြောတော့ ပေမယ့် ငယ်ရဲ့လိုအပ်မှုတွေကိုတော့ အမြဲဖြည့်ဆည်းပေးခဲ့တယ်။ ငယ်တို့ Final Mid Term ပြီးချိန်မှာမှ ငယ်မေမေဆီက ငယ်မထင်မှတ်တဲ့စကားတွေ ကြားခဲ့ရတယ်။ မေမေက ငယ် 4th year ကတည်းက ကိုပြည့်စုံက လာရောက် တောင်းရမ်းထားကြောင်း၊ ကိုပြည့်စုံ အဖေကလည်း၊ အရည်အချင်းရှိတဲ့ Dentist တစ်ယောက်ဖြစ်ပြီး၊ အမေကပါ အထူးကုဆရာဝန်ကြီး ဖြစ်တာမို့၊ ငယ်စဉ်းစားသင့်ကြောင်းတွေကို ပြောလာတယ်။ မေမေတို့က ဆွေးငယ်၊ ငယ်သေးလို့ ခဏလောက်စောင့်ပါဦးလို့ ပြောခဲ့ပေမယ့်၊ အခု ငယ်လည်း ကျောင်းပြီးတော့မှာမို့ ဖွင့်ပြောပြကာ၊ ငယ် Final ပြီးလို့ House Surgeon မှာ စေ့စပ်ထားပြီး၊ ငယ်ဘွဲ့ယူပြီးရင် လက်ထပ်စေချင်ကြောင်းတွေ ပြောလာ ခဲ့တယ်....

ငယ်ဘဝအတွက် အစစအရာရာ စိတ်အေးချမ်းသာစေချင်တဲ့ မေမေတို့ ဆန္ဒအတွက် တိကျတဲ့အဖြေတစ်ခုကို ငယ်ပေးရတော့မှာပါ.... သတင်းစာ ထဲမှာ မေသော်တာရဲ့ စေ့စပ်ပွဲသတင်းကို ဖတ်မိပြီး၊ မင်းမြတ်တစ်ယောက် ဘယ်လောက် ခံစားနေရမယ်ဆိုတာ ဆွေးငယ် တွေးပြီးစိတ်ပူနေမိတယ်.... ငယ်ဘဝအတွက်၊ ငယ်ရွေးချယ်ရတော့မယ်၊ ငယ်မိဘတွေ စိတ်ချမ်းသာ သလို၊ မင်းမြတ်မှာထားတဲ့ ‘ငါ့ထက် သာသူကို လက်ခံလိုက်ပါ’ ဆိုတဲ့ စကားကို လိုက်နာပြီးသားလည်းဖြစ်အောင် ငယ် ကိုပြည့်စုံကို ခေါင်းညိတ် လိုက်တော့မယ်.... ပြီးတော့ ငယ်ဘဝ၊ ငယ်အချစ်တွေ အားလုံး ကိုပြည့်စုံ အတွက်ဖြစ်အောင် ငယ်ကြိုးစားမယ်။

Final year စာမေးပွဲပြီးလို့ စေ့စပ်ပွဲအတွက် ငယ်တို့ တစ်အိမ်သားလုံး အလုပ်ရှုပ်နေတုန်း မထင်မှတ်ဘဲ မင်းမြတ်တစ်ယောက် အိမ်ကို ရောက်လာ ခဲ့တယ်။ အိပ်မက် မက်သူတစ်ယောက်လို ငယ်တစ်ယောက် စိတ်နဲ့ ခန္ဓာ မကပ်တော့ဘူး မင်းမြတ်က

‘ငယ်၊ ငါ့ကို ခွင့်လွှတ်ပေးပါလားငယ်၊ ငါ့ရဲ့ မှားယွင်းမှုတွေအတွက် ငါနောင်တရပါပြီ၊ နင်နဲ့ဝေးတော့မှ ငါနင့်ကို ဘယ်လောက်ချစ်တယ်ဆိုတာ ငါသိလာတာပါ ငယ်ရယ်၊ ငါ့ကို နောက်တစ်ခါလောက် အခွင့်အရေးပေးပါ အုံးလား၊ ငါနင်ပြောသလိုပဲ လူမချမ်းသာပေမယ့်၊ စိတ်ချမ်းသာမယ့် ဘဝမျိုး ကိုပဲ ငါအောင်မြင်အောင် တည်ဆောက်တော့မယ်၊ ငါ့ရဲ့ဘေးမှာ ငါ့ဘဝရဲ့ လက်တွဲဖော်အဖြစ်နဲ့ နင်ရှိနေပေးမယ် မဟုတ်လား၊ ငယ် ငါ့ကို ခွင့်လွှတ်တယ် မဟုတ်လား’

သိပ်ရက်စက်နေတာ မဟုတ်ဘူးဆိုတာ သေချာသွားတော့မှ အိပ်မက်က လန့်နိုးလာသူတစ်ယောက်လို ငယ်စိတ်တွေ ရုတ်တရက် ထိန်းချုပ်ပဲ့ သွားလိုက်တာ၊ ငယ် အပျော်လွန်ပြီး၊ အရာရာ အားလုံးကို မေ့သွားလိုက်တာ၊ ဝမ်းသာလွန်းလို့ ငယ်မျက်ရည်တွေတောင် ကျလာတယ်

တဒဂ်လေး အငိုက်မိသွားပြီး သတိပြန်ဝင်လာတာ ငယ် ဆင်ခြင် လိုက်တော့တယ်။ ‘နောက်ကျသွားပြီ မင်းမြတ်ရယ်၊ ငါလေ နင်နဲ့ နောက်ဆုံး

တွေ့ခဲ့တဲ့နေ့က နင်ပြောခဲ့တဲ့စကားတွေအတိုင်း နင့်စကားနားထောင်ပြီးတော့ ငါ့ဘဝ သာယာဖို့နဲ့ ငါ့မိဘတွေ စိတ်ချမ်းသာဖို့၊ နင့်ထက်သာတဲ့ လူတစ်ယောက်ကို လက်ခံပြီးဖြစ်နေပြီ’

နှလုံးသားတွေ နာကျင်ပြီး ပြောတဲ့ စကား တွေပါ မင်းမြတ်ရယ်....

သွားပြီဟု သိလိုက်ရချိန်မှာ မင်းမြတ် ဆောက်တည်ရာမရတော့။ ငယ်ကို လက်လွှတ် ဆုံးရှုံးဖို့ဆိုတာ မင်းမြတ် ခံစားနိုင်ပါအုံးမလား၊ မင်းမြတ် ငယ်ကို အရမ်းချစ်ပြီး ဘယ်လိုမှ အဆုံးရှုံး မခံနိုင်ဘူးလေ....

‘နင် နောက်နေတာလားငယ်၊ ငါ့ကို နင် နောင်တရအောင် ပြောနေတာလား၊ ငါ့အပြစ် ငါသိပါတယ်၊ ဒါပေမယ့် နင့်ကိုတော့ ငါ အဆုံး အရှုံးမခံနိုင်ဘူး၊ နင် ပြောင်းလဲမသွားပါနဲ့ဟာ၊ နင်မရက်စက်ပါနဲ့၊ နင်ငါ့ကို ချစ်နေသေးတယ် ဆိုတာ နင်မျက်လုံးတွေ ကြည့်ပြီး ငါ့သိပါတယ်’

‘ငယ်လည်း မလိမ်ချင်ပါဘူး မင်းမြတ်၊ ဒါပေမယ့် ငယ်ရဲ့ နှုတ်ကတိတွေက လွန်နေခဲ့ ပြီပဲ၊ အကောင်းဆုံးက တို့နှစ်ယောက် လမ်းခွဲဖို့ ပါပဲလေ....’

‘အချိန်က လူကို ကုစားပေးပြီးပြီ မင်းမြတ်၊ ငါ့ရင်ထဲမှာ နင်မရှိတော့ဘူး၊ ငါ့ရင်ထဲမှာ ကိုပြည့်စုံပဲ ရှိတော့တယ်၊ ငါ့သူကိုပဲ ချစ်တယ်၊ နင် ငါ့ကို မေ့လိုက်ပါ’

‘မယုံပါရစေနဲ့ ငယ်ရယ်၊ ဒီစကားတွေ ပြောနေရတယ်ဆိုတာ လက်မခံပါရစေနဲ့၊ ဘာလဲ ငယ်၊ နင် ငါးစိမ်းမြင်လို့၊ ငါးကင်ပစ်တာလား’

မထင်မှတ်ထားတဲ့ စကားတစ်ခွန်းက ဆွေးငယ် မျက်နှာကို ဖြတ်ရိုက်လိုက်သလဲ။

‘တော်စမ်း၊ မင်းမြတ်၊ နင် ငါ့ကို နင့်စိတ်နဲ့ လာမနှိုင်းနဲ့’

‘ငါဘာမှ မသိတော့ဘူး ဆွေးငယ်၊ ငါ့ ရင်ထဲမှာ ဗလောင်ဆူနေပြီ’

‘ငယ်၊ ငါမထင်ခဲ့ဘူး ငယ်၊ နင့်ကို ငါက ဂုဏ်တွေ၊ ရွှေတွေ မမက်မောတဲ့ မိန်းကလေး တစ်ယောက်လို့ ထင်ထားခဲ့တာ၊ ခုတော့ အလကားပဲ၊’

‘မင်းမြတ်၊ နင့်စကားတွေ လွန်လာပြီနော်၊ နင့်အပြစ်တွေ ငါမသိဘူး မထင်နဲ့’

ငါ မခံစားနိုင်လို့ပါ၊ ငါ့ကို မချစ်ဘဲ တခြား လူကို ချစ်တယ်လို့ ပြောတာငါ မခံစားနိုင်လို့ပါ ငယ်ရယ်....

‘ဆွေးငယ်၊ ဘာတဲ့ ငါ့အပြစ်ဆိုတာ၊ နင်နဲ့ ဝေးနေတဲ့အချိန်မှာ တခြားမိန်းမတစ်ယောက်ရဲ့ နူးညံ့သာယာမှုအောက်မှာ ငါကျဆုံးမိတာ အပြစ်လား၊ နင့်နေရာမှာ ငါ အစားထိုးမိတာလေ’

‘တော်တော့ မင်းမြတ်၊ ငါနင့်ကို အထင်မသေးချင်ဘူးနော်၊ နင် ငါ့ရှေ့က ထွက်သွားလိုက်’

ဆွေးငယ် ရင်ထဲမှာ ဘယ်လိုမှ မယုံကြည်နိုင်လောက်အောင် ခံစားနေရတယ်။ တစ်ခြားမိန်းကလေးတစ်ယောက်ကို နှမချင်း ကိုယ်ချင်းစာစိတ်မရှိဘဲ ပြောနေတဲ့ မင်းမြတ်ရဲ့စကားတွေကို ဆွေးငယ် ထပ်မကြားချင်တော့ဘူးလေ....

‘ပြန်မှာပါ ငယ်၊ ငါထွက်သွားမှာပါ နင့်ဘဝထဲကနေ ငါအပြီး ထွက်သွားတော့မှာပါ။ နင့်ဘဝကောင်းစားဖို့အတွက် ငါဝမ်းသာပေးပါတယ်။ နင့်မှန်ပါတယ်၊ ငါ့ကို တစ်ခုတော့ ခွင့်ပေးပါငယ်၊ ငါ့ဘက်ကနေ နင့်ကို တစ်သက်လုံး ချစ်နေခွင့်ကိုတော့ ငါ့ကို ခွင့်ပြုလိုက်ပါ၊ ငါ သွားတော့မယ်’

ဝေးခဲ့ပြီငယ်၊ ငါ့ရင်ထဲက အချစ်တွေ၊ စိတ်တွေနဲ့ ငါ့ကို အချိန်တွေ အားလုံး နင့်ဆီမှာ ငါထားခဲ့လိုက်ပြီ ငယ်ရယ်၊ နေမင်းကြီးတစ်ခုလုံး တောင် ကွယ်ပျောက်သွားမှတော့ ငါ့ရင်ထဲမှာ ဘာမှမရှိတော့ဘူး.... ငါ့ဘဝမှာ ဘာမှ မမက်မောတော့ပါဘူး ငယ်ရယ်....

ငယ်ရဲ့ ပါးပြင်ပေါ်မှ ကျဆင်းနေတဲ့ မျက်ရည်တွေဟာ နောက်ဆုံး ဖြစ်မှာပါ။ ငယ် အကြားချင်ဆုံး စကားတစ်ခွန်းကို ကြားလိုက်ရလို့လည်း ငယ် ဝမ်းသာကျေနပ်ပါတယ်။ မင်းမြတ်ကြောင့် ရလာတဲ့သောကတွေ ဒီတစ်ခါတော့ တကယ့်ကို ပြီးဆုံးသွားပါပြီ.... မင်းမြတ်ကြောင့် နောက် ကျိန်တွေ ငယ်ရဲ့စိတ်တွေကို ကိုပြည့်စုံရဲ့ မေတ္တာတွေနဲ့ ငယ် ဆေးကြော လိုက်တော့မယ်....

ထွက်ခွာသွားတဲ့ မင်းမြတ် ကျောပြင်ကို ကြည့်ရင်း အတွေးနယ် ချဲ့နေတုန်း....

‘ငယ်လေး’ ခေါ်သံကြားလို့ လှည့်ကြည့်လိုက်တော့ နားနည်မှုတွေ ပြည့်ဝနေတဲ့ ကိုပြည့်စုံကို တွေ့ရတယ်။

‘မျက်ရည်တွေ သုတ်လိုက်ပါ ငယ်လေးရယ်၊ ကိုယ် အကုန် ကြားပြီးပါပြီ၊ ကိုယ်နားလည်ပေးလို့ ရပါတယ်၊ မေ့လိုက်ပါ ငယ်လေး ရယ်၊ ငယ်လေးနဲ့ မထိုက်တန်လို့ဘဲ မှတ်လိုက်နော်’

သဘောထားကြီးတဲ့ ကိုပြည့်စုံရဲ့ ခွင့်လွှတ်မှုတွေ အောက်မှာ ငယ် ဘဝသာယာနေမှာပါ.... ငယ်ရဲ့ရွေးချယ်မှု မှားပြီဆိုပြီး ငယ်ဘယ်တော့မှ နောင်တရမှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ကံကြမ္မာက ဒီတစ်ခါတော့ ငယ်ကို မျက်နှာ သာ ပြန်ပေးခဲ့ပြီပဲ၊ ငယ်ဘဝရဲ့ ဆုလာဘ်၊ ငယ်ဘဝရဲ့အရှင်သခင်ဖြစ်တဲ့ ကိုပြည့်စုံရဲ့ ရင်ခွင်ထဲမှာ ငယ်ထာဝစဉ် ခိုလှုံနေခွင့်ပေးလိုက်ပါတော့။ ကိုပြည့်စုံနဲ့ အတူအေးချမ်းသာယာတဲ့ ဘဝလေးတစ်ခုဖြစ်အောင် ငယ် တည်ဆောက်မှာပါ ငယ်ရဲ့ အတိတ်ဟောင်းထဲက ပုံရိပ်ဆိုးတွေကိုလည်း ငယ်မေ့မစ်လိုက်မှာပါ။ ငယ်ဘဝထဲကနေ အပြီးထုတ်ပစ်ဖို့ ငယ် ဆုံးဖြတ် ပြီးပြီလေ။ ။

ကိုပြည့်စုံရဲ့

ခွင့်လွှတ်မှုတွေ အောက်မှာ ငယ် ဘဝသာယာနေမှာပါ....

ငယ်ရဲ့ရွေးချယ်မှု မှားပြီဆိုပြီး ငယ်ဘယ်တော့မှ

နောင်တရမှာ မဟုတ်ပါဘူး

ကံကြမ္မာက ဒီတစ်ခါတော့

ငယ်ကို မျက်နှာသာ

ပြန်ပေးခဲ့ပြီပဲ

ငယ်ဘဝရဲ့ ဆုလာဘ်

ငယ်ဘဝရဲ့အရှင်သခင်ဖြစ်တဲ့

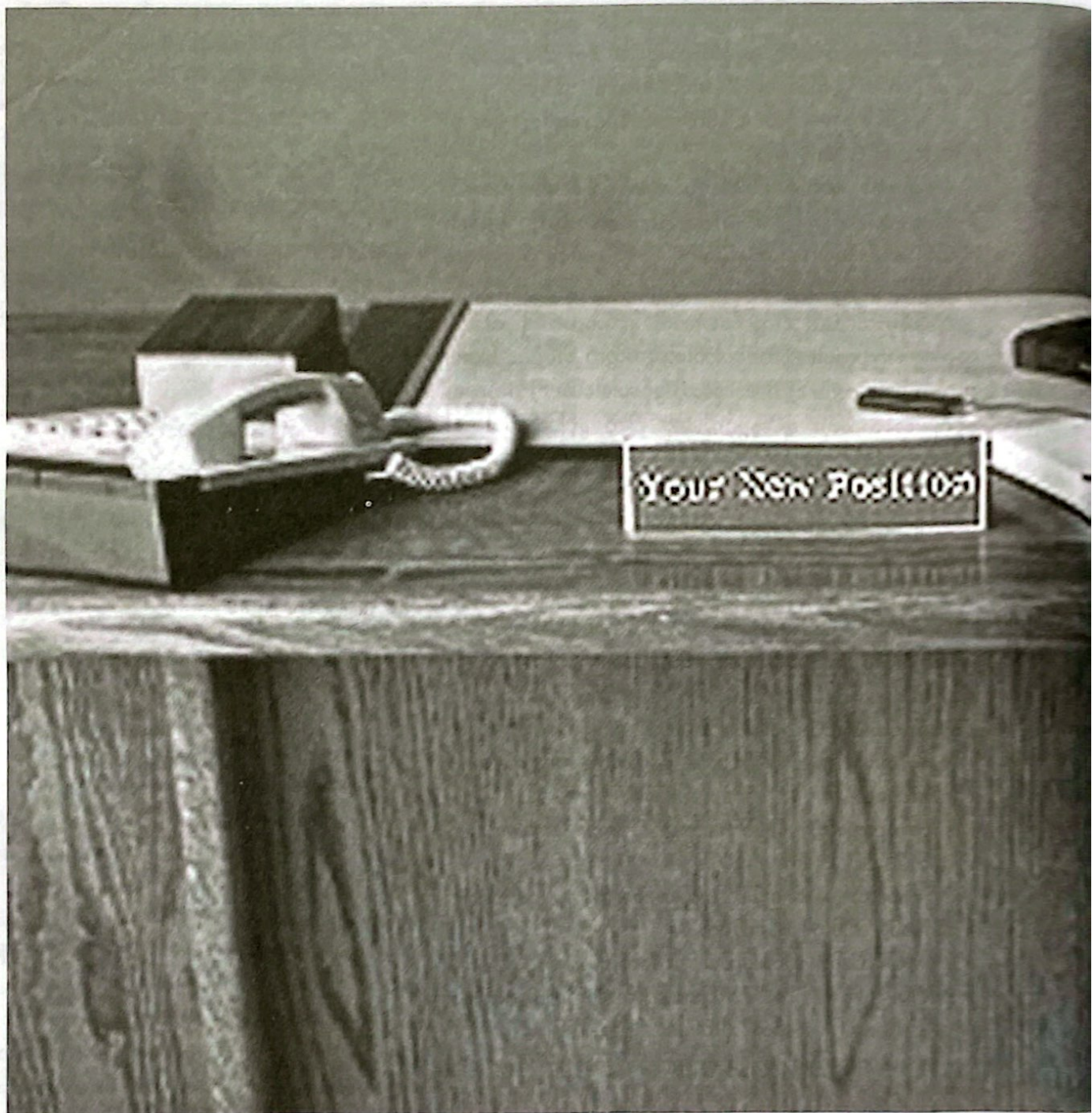
ကိုပြည့်စုံရဲ့ ရင်ခွင်ထဲမှာ

ငယ် ထာဝစဉ် ခိုလှုံနေခွင့်

ပေးလိုက်ပါတော့



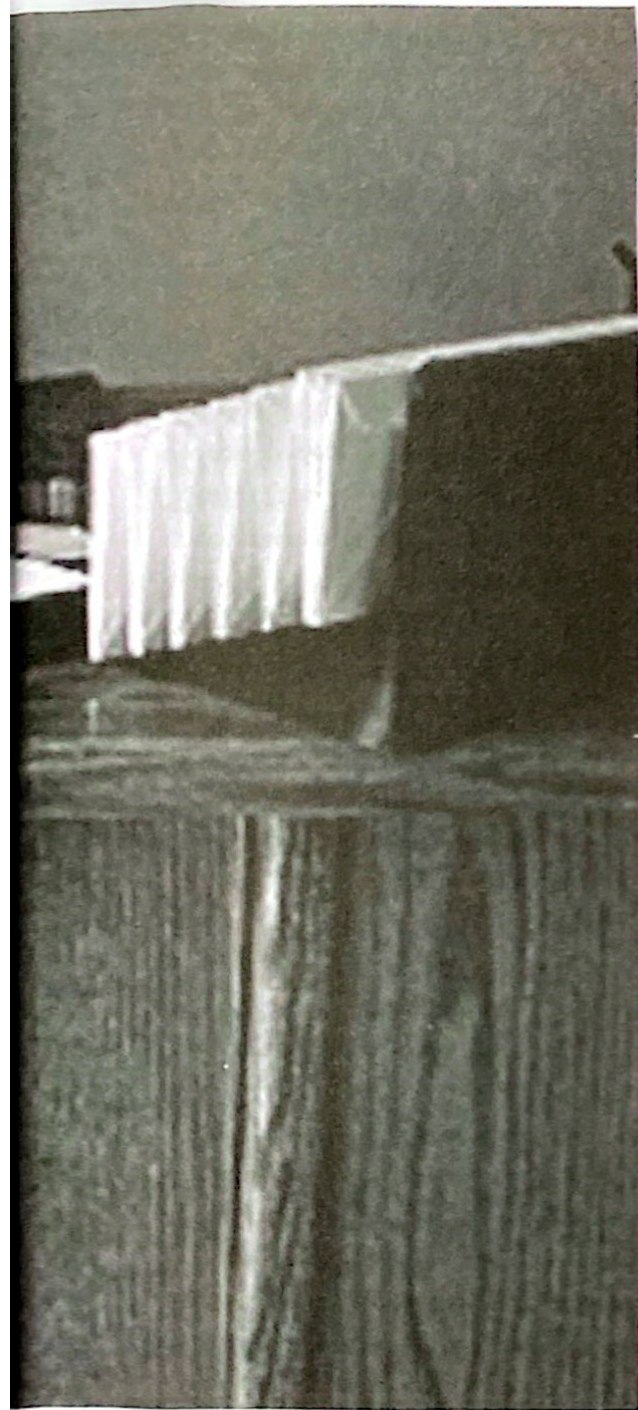
ဆူး



လူတစ်ယောက်ထံမှ အစစအရာရာ
သိမ်းပိုက်သွားနိုင်သော်လည်း
တစ်ခုကိုမူ ယူ၍မရ။
ယင်းကား၊ လူ့လွတ်လပ်ခွင့်တို့အနက်
အရင်းခံအကျဆုံးဖြစ်သည့်
‘မိမိလမ်းကို မိမိရွေးချယ်ပိုင်ခွင့်’ ဖြစ်ပေသည်။
(ဗစ်တာ ဖရန်ကဲ)
ကောလိပ်ရောက်စ နှစ်များတုန်းကမူ ကျွန်တော်က မကျေနပ်စိတ်
ဒေါသစိတ်တွေ များနေသည့် လူငယ်တစ်ယောက် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော့်

ဒေါသက အရပ်ရပ်သို့ ပြန့်နှံ့နေသည်။ လောက
ကြီးထဲမှာ ကျွန်တော် ဘာကိုမှ မကျေနပ်ချင်
ပါ။ ကျွန်တော့်ဒေါသက နေရာတစ်ခုမှာ စုပြုံ
ကျရောက်နေတာလည်း ရှိသည်။ အဲဒါက မိဘ
များဖြစ်သည်။

မိဘက ငွေကြေးမပြည့်စုံတော့ ကျွန်တော်
နီးနီးနားနားက ကောလိပ်ကျောင်းကိုပဲ တက်
နိုင်သည်။ ကျောင်းသွားတော့လည်း နေ့တိုင်း
ဘတ်စ်ကားနှင့်ပဲ သွားရသည်။ တစ်နေ့မှာတော့



လျှင် 'ပညာရေး'အတန်းကို မိမိမှာမဟုတ်တော့။ ကျွန်တော် အဲသည်မှာ ပို၍ပင် စိတ်တိုလာသည်။

လမ်းတစ်လျှောက် ရှူးရှူးရှဲရှဲ ဒေါသ ထွက်လိုက်၊ တဟင်းဟင်း သက်ပြင်းချလိုက်နှင့် ကျွန်တော် ကျောင်းသို့ ရောက်လာသည်။ စိတ်ထဲမှာ အဖေနှင့် ပတ်သက်သည့် ဒေါသအတွေးတွေ တစ်လျှောက်လုံး သွန်သင်လာသည်။ မြီးကောင်ပေါက်အရွယ် လူငယ်အတော်များများနည်းတူ ကျွန်တော့် အတွေးတွေက ကိုယ့်သဘော ကိုယ့်ဆန္ဒတွေချည်း ကြီးစိုးလွန်းနေသည်။ လောကကြီးမှာ ကျွန်တော့်အဖေလောက် ဆိုးသည့်အဖေမျိုး တစ်ယောက်မျှ ရှိမည်မဟုတ်။ ကျွန်တော့်လို မတရားချုပ်ချယ်ခံရသည့် အနေအထားမျိုးလည်း ဘယ်သူမှ ကြုံဖူးကြလိမ့်မည်မဟုတ်။ ပြီး ကျွန်တော့်အဖေသည် အထက် တန်းကျောင်းထွက် စာမေးပွဲလောက်ပင် မအောင်မြင်ခဲ့။ ကျွန်တော်က ကောလိပ်ကျောင်းသား၊ သူ့ထက် အများကြီး ပညာတတ်သည်။ ဒါတောင်မှပင် ကျွန်တော့်ဘဝ၊ ကျွန်တော့်အစီအစဉ်တွေမှာ နေရာတကာ လိုက်ပါချင် နှောင့်ယှက်ချင်နေသည် စသဖြင့်။

ကျယ်ဝန်းသော ကျောင်းဝင်းကို ဖြတ်သန်းကာ စာသင်ခန်းရှိသည့် အဆောက်အဦဆီသို့ အပြေးအလွှား သွားရင်း ရုတ်တရက် တစ်စုံတစ်ခုကို ကျွန်တော်သတိရသည်။ သည်ကနေ့ ပေးရမည့် 'အတွေးကပ်ပြား' အဆိုင်းမင့်အတွက် ကျွန်တော်ဘာမှ မလုပ်ခဲ့ရသေး။

သည်အတန်းက ဒေါက်တာဆစ်ဒနီ ဘီဆိုင်မွန်၏ အတန်းဖြစ်သည်။ ဒေါက်တာဆိုင်မွန်က ကျွန်တော်တို့ ကျောင်းမှာ အထူးခြားဆုံးဆရာ တစ်ယောက်ဖြစ်သည်။ သူ့ပေါ်လစီတွေ၊ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းတွေက လုံးဝတစ်ဘာသာ။ သင်ကြားပုံ သင်ကြားနည်းတွေက တစ်ခါမှ မကြုံမတွေ့ဖူးသေးသည့် အသစ်အဆန်းတွေ ဖြစ်သလို အမှတ်ပေးစနစ်ကလည်း အံ့သြဖွယ်ရာပင်။ ဒေါက်တာဆိုင်မွန်အကြောင်းကို လူတိုင်းက ပြောကြသည်။

သူ့ထံ ပထမဆုံးအတန်းတက်ရသည့်နေ့တွင် ဒေါက်တာဆိုင်မွန်က သင်ခန်းစာအစီအစဉ်တစ်ခု ရှင်းပြသည်။ 'အင်္ဂါနေ့တိုင်း ၄လက်မ၊ ၆လက်မ အရွယ်ကပ်ပြားတစ်ခုစီ ယူခဲ့ကြပါ။ ကပ်ပြားရဲ့ ထိပ်ဆုံးမျဉ်းကြောင်းမှာ နာမည်နဲ့ နေ့စွဲရေးပါ။ အောက်မှာ ဘာရေးမလဲဆိုတာတော့ တစ်ဦးချင်း

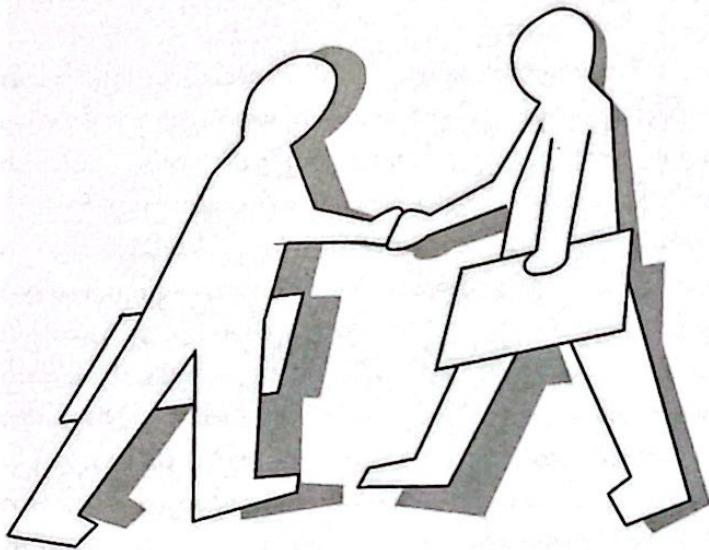
အတွေးကပ်ပြား

မေမြင့်

သဘောပဲ။ အတွေးတစ်ခု ရေးနိုင်တယ်။ ကိုယ်စိုးရိမ်ပူပန်တာ ရေးနိုင်တယ်။ ခံစားချက် ရေးနိုင်တယ်။

အဖေနှင့် ကျွန်တော် အကြီးအကျယ် စကား များသည်။ ကျွန်တော့်စိတ်တွင် ကျွန်တော့်ကို အဖေ ချုပ်ချယ်လွန်းသည်ဟု ထင်နေသည်။ ကျွန်တော် အချုပ်အချယ်တွေက ရုန်းထွက်ချင်သည်။ အဖေက ကျွန်တော် လူကြီးကို မလေးစား၊ ပုန်ကန်ချင်သည်ဟု မြင်သည်။ ဖိစီးစီးကို ကိုင်တွယ်မှု ဖြစ်မည်ဟု သဘောထားသည်။ ကျွန်တော် အိမ်က ဆူပူအော်ဟစ်ပြီး ထွက်လာတော့ ကျောင်းကားက သွားနှင့်ပြီ။ နောက်တစ်စီးစောင့်မည်ဆို

မေးခွန်းတစ်ခုခု ရေးနိုင်တယ်။ ဒါမှမဟုတ် ဘာဖြစ်ဖြစ် ခေါင်းထဲ ပေါ်လာတဲ့ တစ်ခုခုကို ရေးလိုက်နိုင်တယ်။ အဲဒါဟာ မင်းတို့နဲ့ ဆရာနဲ့ကြား တိုက်ရိုက် ဆက်သွယ်တဲ့ နည်းတစ်ခုပဲ။ ဒီကပ်ပြားတွေဟာ လုံးဝ 'လျှို့ဝှက်' ဖြစ်တယ်။ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တိုင်း ဒါတွေ ပြန်ပေးမယ်။ ကပ်ပြားပေါ်မှာ မင်းတို့ရေးလိုက်တာတွေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ ဆရာရဲ့ မှတ်ချက်တွေ ပါလာလိမ့်မယ်။ မေးခွန်းမေးသူကို ဆရာအတတ်နိုင်ဆုံး ကြိုးစားပြီး ဖြေမယ်။ ကိုယ်စိုးရိမ်ပူပန်တဲ့ကိစ္စ ဖော်ပြလာသူကိုလည်း အလားတူ ဆရာ အလေးအနက် တုန့်ပြန်မယ်။ အရေးကြီးတဲ့အချက်က ဒီကပ်ပြားဟာ အင်္ဂါနေ့ အတန်းတက်ဖို့အတွက် ဝင်ခွင့်လက်မှတ်ဖြစ်တယ်ဆိုတာ မမေ့ကြဖို့ဘဲ'



ပထမအင်္ဂါနေ့မှာ ကျွန်တော် တာဝန်ကျေပွန်စွာ အညွှန်းကပ်ပြားယူလာသည်။ ကပ်ပြားထိပ်မှာ ကျွန်တော့်နာမည်နှင့် အဲသည်နေ့ နေ့စွဲကို ကျကျနန ရေးထားပြီး အောက်ဘက်တွင် ‘အရောင်ပြောင်တိုင်း ရွှေမဟုတ်’ ဟူသော စာတစ်ကြောင်း ရေးလိုက်သည်။ နောက်နေ့မှာ ဒေါက်တာဆိုင်မွန်က အတန်းသားတွေကို ကပ်ပြားများ ပြန်ပေးသည်။ ကျွန်တော့် ကပ်ပြားတွင် ခဲတံနှင့် ရေးထားသော မှတ်ချက်တစ်ခု ပါလာသည်။ ‘ဒီစကားပုံက မင်းအတွက် ဘာအဓိပ္ပာယ်ထွက်သလဲ။ ထူးခြားချက် တစ်ခုတစ်ရာရှိသလား’

မှတ်ချက်ကို ဖတ်ကာ ကျွန်တော့် စိတ်ထဲ စနိုးစနောင့် ဖြစ်သွားသည်။ သူက သည်ကပ်ပြားတွေကို တကယ် အလေးအနက် လုပ်နေသည်ပဲ။ ကျွန်တော်ကတော့ ရင်ထဲရှိတာတွေကို သူ့ထံဖွင့်ဟချင်စိတ် လုံးဝမရှိ။

နောက်ရက်တွေ ရောက်လာသည်။ သည်အတန်းက တစ်ရက် တစ်နာရီ နေ့တိုင်းရှိသည်။ ဒေါက်တာဆိုင်မွန်က တကယ်ထက်မြက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက်ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့အား မေးခွန်းတွေမေးသောနည်းဖြင့် သင်ကြားသည်။ အရင်တုန်းက ဘယ်ဆရာထံကမှ မကြားဖူးသည့် ပြဿနာတွေ အရေးကိစ္စတွေ သူဖော်ထုတ်ကာ ကျွန်တော်တို့အား ဆွေးနွေးခိုင်းသည်။ ပြဿနာကို ကိုယ်တိုင်စဉ်းစားဖြစ်အောင် ဆွဲပေးသည်။ ပေါ့ပေါ့တန်တန်မဟုတ် အလေးအနက် စဉ်းစားစေခြင်းဖြစ်သည်။ လူမှုရေးပြဿနာ၊ နိုင်ငံရေးပြဿနာ၊ တစ်ဦးချင်းဆိုင်ရာပြဿနာ အားလုံးသည်ပင် ကျွန်တော်တို့ အတန်းအတွက် ဆွေးနွေးစရာ သင်ခန်းစာတွေချည်း ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ အတန်းသည် လူမှုရေးရာ ဘာသာရပ်များ သင်ကြားပို့ချနည်းနာများအကြောင်း လေ့လာသောအတန်းဖြစ်ရာ လေ့လာမှုနယ်ပယ်က အလွန်ကျယ်ဝန်းသည်။ ကျွန်တော် အထက်တန်းကျောင်းများတုန်းကလည်း လူမှုရေးရာဘာသာများဖြစ်သော ပထဝီ၊ သမိုင်း၊ စီးပွားရေးပညာ အစရှိတာတွေ သင်ခဲ့ရဖူးသည်။ ဆရာဆရာမများက သည်ဟာတွေကို ကျက်စာဘာသာရပ်များအဖြစ် သဘောထားကြသည်။ သူတို့အထဲမှာပါသည့် အမည်တွေ၊ ခုနှစ် သက္ကရာဇ်တွေ၊ နံပါတ်စဉ်ထိုး၍ ပေးထားသည့် အချက်အလက်တွေနှင့် ပတ်သက်ပြီး စဉ်းစားဝေဖန်ဖို့ ဘယ်သူကမှ ခိုင်းလေ့မရှိခဲ့။

အစပိုင်း၌ ကျွန်တော့်စိတ်တွင် ဆရာဆိုင်မွန်က ကျွန်တော်တို့ကို သည်ပြဿနာရပ်တွေနှင့် ပတ်သက်၍ ထောက်ခံသည့်ဘက်က အမြင်တွေ သို့မဟုတ် ဆန့်ကျင်ကန့်ကွက်သည့်ဘက်က အမြင်တွေ ခေါင်းထဲရှိက်ထည့်ပေးဖို့ ကြိုးစားနေတာများလားဟု ထင်မြင်မိသေးသည်။ သို့သော် ဆရာက သည်လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုး မဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော်တို့ ကိုယ့်ဘာသာ စဉ်းစားတတ်ဖို့၊ ပြီး အဲသည်ကမှ ကိုယ်ပိုင်အတွေးအမြင် အယူအဆများ ကိုင်ဆွဲရရှိလာစေဖို့ သူတိုက်တွန်းအားပေးနေခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ သို့သော် ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောရလျှင် သည်အတန်းတက်ရတာ ကျွန်တော် အတော်ကသိကအောက် ဖြစ်ပါသည်။ စင်စစ် ဆရာဆိုင်မွန် သင်ကြားပုံက အသစ်အဆန်းဖြစ်၍ ငြီးငွေ့ဖွယ်မရှိဟု ဆိုနိုင်သည်။ သဘောကျချင်စရာ၊ တစ်ခါတရံ တက်တက်ကြွကြွ ပါဝင်ချင်စရာလည်း ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် သည်သင်ကြားပုံမျိုး မကြုံဖူးသည့် ကျွန်တော့်မှာ ဆရာဆိုင်မွန်ကို ဘယ်လိုပုံစံပြန်လည် တုံ့ပြန်ဆက်ဆံမည်ဟူသော ဗျူဟာတစ်ရပ် ချမှတ်နိုင်ခြင်းမရှိ ဖြစ်နေသည်။ ပုံမှန်အတန်းမှာ အကောင်းဆုံး ဘယ်လိုနေထိုင်ရမည်ဆိုတာ ကျွန်တော်သိသည်။ ရှေ့ဆုံးမှာထိုင်၊ ဆရာလက်ချာကို အရမ်းသဘောကျသည့်အကြောင်းပြော၊ အဆိုင်းမင့်တွေကို ဆရာပြောသည့် ပုံစံအတိုင်း တိတိကျကျ သပ်သပ်ရပ်ရပ် ရိုက်ပြီးတင်၊ ပြီးလျှင် စာတွေအလွတ်ကျက်၊ အလွတ်ကျက်၊ အလွတ်ကျက်။ ယခုဆရာအတန်းကတော့ လုံးဝတစ်ခြားစီ ဖြစ်နေသည်။ အရင်အစဉ်အဆက် ကျွန်တော် သုံးစွဲအောင်မြင်လာခဲ့သည့် နည်းတွေ သည်နေရာမှာ သုံးမရ ဖြစ်နေသည်။

ဒုတိယအင်္ဂါနေ့ရောက်လာပြန်သည်။ ကျွန်တော်က ကပ်ပြားပေါ်မှာ ‘အချိန်မီ တစ်ချက်ချုပ်လျှင် ရေညီမတင်’ဟု ရေးလိုက်သည်။ (‘အချိန်မီ တစ်ချက်ချုပ်လျှင် ကိုးချက်ချုပ်ရ သက်သာသည်’နှင့် လိမ့်နေသော ကျောက်ခဲ ရေညီမတင်’ဟူသော စကားပုံနှစ်ခု ဖြတ်ဆက်ပေးထားခြင်းဖြစ်သည်။) ဒါကလည်း ဆရာကို ပြည့်ပြည့်ဝဝ ကိုးစားယုံကြည်ခြင်း မရှိသဖြင့် ဟာသကလေးနှင့် ကိုယ့်ကိုကိုယ် ဖုံးထား ကာထားလိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော် သိပ်ရင်းရင်းနှီးနှီး အရောတဝင် မဆက်ဆံချင်သည့်အခါမျိုးမှာ ကျင့်သုံးလေ့ရှိသည့် ကျွန်တော်၏ အကောင်းဆုံး ကာ

ကွယ်နည်းလမ်းတစ်ရပ်လည်း ဖြစ်ပါသည်။
နောက်နေ့ ကပ်ပြား ပြန်ရသည့်အခါများတော့
‘မင်းကြည့်ရတာ ဟာသဉာဏ်ရှိပုံ ရတယ်။ အဲဒါ
ဟာ မင်းဘဝအတွက် အရေးကြီးတဲ့ အစိတ်
အပိုင်းတစ်ရပ်ပဲလား’ ဟူသော မှတ်ချက်တစ်ခု
ပါလာသည်။

သူ ဘာကိုလိုချင်သလဲ။ အခုလုပ်နေတာ
ဘာ သဘောလဲ။ မူလတန်းကျောင်းမှ စတင်ကာ
ယနေ့ထိ ကျွန်တော့်အား ကိုယ်ရေးကိုယ်တာတွေ
ပါ လိုက်စိတ်ဝင်စားသည့် ဆရာဆရာမ တစ်
ယောက်မျှ မကြုံဖူးပါ။ သည်ဆရာ ဘာကို အလို
ရှိသလဲ။

ကျွန်တော် စာသင်ဆောင်ထဲ အပြေးအလွှား
ဝင်လာခဲ့သည့်အချိန်၊ အတန်းစတာ ၁၀မိနစ်ခန့်
ရှိနေပြီ။ အခန်းပြင်ဘက်နားလေးမှာ ကျွန်တော်
မှတ်စုစာအုပ်ထဲက အညွှန်းကပ်ပြားတစ်ခု ထုတ်
ယူသည်။ နာမည်နှင့် နေ့စွဲ ရေးသည်။ အဲသည်
နောက် ဘာအတွေးရေးရမလဲ။ အသည်းအသန်
စဉ်းစားသည်။ သည်အခါ စောစောက အဖေနှင့်
ရန်ဖြစ်ခဲ့သည့်အကြောင်းတစ်ခုပဲ ခေါင်းထဲ ပေါ်
လာသည်။ ‘ကျွန်တော်သည် လုံးဝအသုံးမကျ
သောသူတစ်ယောက်၏ သားဖြစ်သည်’ ဟူ၍
ရေးချလိုက်ပြီး အတန်းထဲ အလျင်အမြန် ဝင်ခဲ့
သည်။ ဆရာက ဝင်ပေါက်အနီးမှာပဲ ရပ်ကာ
အကြောင်းအရာတစ်ခုကို ဆွေးနွေးပြောဆိုနေခိုက်
ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော့်ကိုမြင်တော့ ကပ်ပြား လှမ်း
တောင်းသည်။ ကမန်းကတန်း သူ့လက်ထဲ
ထည့်ပေးလိုက်ပြီး ကျွန်တော့်နေရာမှာ ဝင်ထိုင်
သည်။

နေရာမှာ ထိုင်မိသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ကျွန်
တော် အကြီးအကျယ် တုန်လှုပ်ချောက်ချား
သွားသည်။ ငါ ဘာတွေ လုပ်မိလိုက်ပါလိမ့်။
ကပ်ပြားပေးလိုက်မိပြီ။ အဲဒါ အကြီးအကျယ်
ပြဿနာ။ သည်ကိစ္စ ဖွင့်ပြောဖို့ ကျွန်တော်လုံးဝ
စိတ်ကူးမရှိ။ ယခုတော့ ကျွန်တော့် ဒေါသ
အာဟာတတွေ သူသိသွားတော့မည်။ ကျွန်တော့်
အဖေအကြောင်း၊ ကျွန်တော့် ဘဝအကြောင်းတွေ
သူသိသွားတော့မည်။ အဲသည်နေ့က အတန်း
ထဲက တစ်ခြားကိစ္စတွေ ကျွန်တော် ဘာတစ်ခုမှ
သတိမရ။ ကျွန်တော့်ခေါင်းထဲ ကြီးစိုးနေသည်က
ကပ်ပြားကိစ္စသာပဲ ဖြစ်သည်။

အဲသည်ည တစ်ညလုံးပင် အမျိုးအမည်
မဖော်ပြနိုင်သည့် တုန်လှုပ်ချောက်ချားမှုတစ်ခု

ကြောင့် ကျွန်တော် အိပ်မရနိုင်ခဲ့။ သည်ကပ်ပြားတွေက ဘာအဓိပ္ပာယ်လဲ။
ဘာရည်ရွယ်ချက်လဲ။ ငါ ဘာကြောင့် အဖေအကြောင်းတွေ သူ့ကို သွား
ပြောလိုက်မိသလဲ။ တကယ်လိုသူသာ အဖေ့နဲ့ ဆက်သွယ် စကားပြောခဲ့ရင်
ဘယ်နှယ်လုပ်မလဲ။ ဒါတွေ သူနဲ့ကော ဘာဆိုင်သလဲ။ သူများကိစ္စတွေ
သူ ဘာပတ်သက်စရာလိုသလဲ။

ဗုဒ္ဓဟူးနေ့မနက် ရောက်လာသည်။ စိတ်မပြောင့်တပြောင့်နှင့်ပင်
ကျောင်းသွားဖို့ ကျွန်တော် ပြင်သည်။ အတန်းထဲ ကျွန်တော် အချိန်စောပြီး
ရောက်လာသည်။ အတန်းထဲမှာ နောက်ဘက်အဝေးဆုံးထိုင်ကာ အတတ်
နိုင်ဆုံး ပုန်းလျှိုးချင်စိတ်ပေါက်နေသည်။ အတန်းစသည်။ ဒေါက်တာ
ဆိုင်မွန်က အတွေးကပ်ပြားတွေ ပြန်လိုက်ပေးသည်။ ကျွန်တော့်ကပ်ပြားကို
စားပွဲပေါ်မှာ မှောက်လျက်ချသွားသည်။ ဒါလည်း သူ့ထုံးစံပဲဖြစ်သည်။
ကပ်ပြားကို ကျွန်တော် ကောက်ကိုင်သည်။ သို့သော် လှန်ရမှာပင် ခက်
နေသည်။

ကပ်ပြားကို ကြည့်ဖြစ်သည့်အခါမှာတော့ သူရေးထားသော စာကို
ဖတ်ရသည်။ ‘လုံးဝအသုံးမကျသောသူရဲ့ သားက နောက်ပိုင်းကာလ
သူ့ဘဝအတွက် ဘာတွေများ လုပ်ခဲ့ပါသလဲ’တဲ့။

ကျွန်တော် လုံးဝ အရှိုက်ထိုးခံလိုက်ရသလို ဖြစ်သွားသည်။ တစ်နေ့
တစ်နေ့ ကျွန်တော် လက်ဖက်ရည်ဆိုင်မှာ အခြားသူငယ်ချင်းများနှင့်အတူ
တမေတမော ထိုင်ကာ ‘ကျွန်တော့်မိဘတွေကြောင့်’ ပေါ်ပေါက်လာသည့်
ကျွန်တော့်ပြဿနာတွေအကြောင်း ပြောဆိုလေ့ရှိခဲ့သည်။ သူတို့ကလည်း
အလားတူ အကြောင်းအရာတွေ ကျွန်တော်နှင့် ပြန်လည်မျှဝေကြစမြဲဖြစ်
သည်။ ဘယ်သူကမျှ ဘယ်သူ့ကို ကိုယ့်ကိစ္စကိုယ် တာဝန်ယူဖို့ကောင်းသည့်
အကြောင်း ပြောလေ့မရှိခဲ့။ တကယ်က ကျွန်တော်တို့အားလုံးပင် မိဘကို
အပြစ်ပုံချသောအလုပ်ကို တညီတညွတ်လုပ်ကာ ရေသာခိုနေကြခြင်း ဖြစ်
သည်။ ပြဿနာမှန်သမျှသည် ကျွန်တော်တို့မိဘတွေ၏ ချို့ယွင်းချက်ကြောင့်
ချည်း ဖြစ်နေသည်။ စာမေးပွဲမှာ အမှတ်ကောင်းကောင်းမရလျှင် အမေ့ကို
အပြစ်တင်မည်။ ထောက်ပံ့ကြေးအလုပ်တစ်ခု ရမလိုနှင့် မရလိုက်လျှင်
အဖေ့ကို အပြစ်တင်မည်။ ကျွန်တော်က မိဘတွေ နေရာမကျသည့်အကြောင်း
အမြဲပြော၍ အပေါင်းအသင်းတွေကလည်း အရမ်းနားလည်သဘောပေါက်
သည့်လက္ခဏာဖြင့် ခေါင်းတညိတ်ညိတ် နားထောင်ကြမြဲ ဖြစ်သည်။ ကျွန်
တော့်အတွက် ကျောင်းစရိတ်ရှာဖွေပေးနေသည့် မိဘတွေသည် ဘာတစ်ခုမျှ
မတတ်မသိဘဲ နေရာတကာလိုက် ပြဿနာရှာနေကြသူများသာ ဖြစ်သည်။

သို့သော် ပါမောက္ခဆစ်ဒနီဆိုင်မွန်၏ အလွန်ရိုးစင်းသလို ထင်ရသော
မေးခွန်းက ကျွန်တော်မှတ်ထားသည့် အဲသည်လေပူဖောင်းကို ထိုးဖောက်ပစ်
ခဲ့သည်။ သူက ပြဿနာ၏ သော့ချက်ကို အမိအရ ဆုပ်ကိုင်သည်။ ကိစ္စက
ဘယ်သူ့ကိစ္စလဲ။ မင်းပြဿနာကို ဘယ်သူတာဝန်ယူရမှာလဲဟူ၍ သူ တဲ့တိုး
မေးချလိုက်ခြင်းပင်။

အဲသည်နေ့က လက်ဖက်ရည်ဆိုင်ဘက်သို့ ကျွန်တော် ခြေဦးမလှည့်ဖြစ်
တော့ဘဲ အိမ်ဆီ တန်းပြန်လာခဲ့သည်။ လူက စိတ်ဓါတ်ကျနေသလိုလို၊
နည်းနည်းနှိပ်ကွပ်ခံနေရသလိုလို ဖြစ်နေသည်။ တစ်ညနေလုံး သည်ကိစ္စကိုပဲ
တအံ့နွေးနွေး တွေးနေမိသည်။ အမေပြောခဲ့ဖူးသည့် စကားတစ်ခွန်းကိုလည်း
အဖန်ဖန် သတိရနေသည်။ ‘သန်းကြွယ်သူဌေးက သူ့ကိုယ်သူ ဂုဏ်ဖော်ချင်
တဲ့အခါ ‘ကိုယ့်ဒူးကိုယ်ချွန်သမား’တဲ့။ အမှုဖြစ်ပြီး အဖမ်းခံရပြီဆိုတဲ့အခါ

ကျတော့ 'ငယ်ငယ်တုန်းက စရိုက်ကြမ်းတဲ့ မိဘတွေနဲ့ ကြီးပြင်းလာခဲ့ရလို့ပါ'တဲ့။

ဘဝအတွက် တကယ့်အပြောင်းအလဲကြီးတစ်ရပ် ကျွန်တော် ကြုံတွေ့ခဲ့ရခြင်းဖြစ်သည်ဟု ပြောချင်လှပါသည်။ သို့သော် သည်လိုပြောလျှင်လည်း အတိအကျမှန်မည်တော့ မဟုတ်ပါ။ ဒေါက်တာဆိုင်မွန်၏ မှတ်ချက်က ရေရှည်ဆွဲကာ ဖြည်းဖြည်းချင်း အနိသင် သက်ရောက်ခဲ့ခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ နောက်ရက်သတ္တပတ် အတန်ကြာအောင် သူ့မှတ်ချက်စကားက ကျွန်တော့်ခေါင်းထဲ ခဏခဏ ပေါ်လာနေသည်။ စိတ်ထဲမှာ ဟိုကိစ္စ၊ သည်ကိစ္စတွေအတွက် အဖေအား အပြစ်တင်စကား ဆိုမိတိုင်း ကိုယ်တွင်းမှ အသံတစ်သံက 'ဟုတ်ပြီ၊ မင်းပြောတဲ့အတိုင်း မင်းအဖေက ဘယ်နေရာတစ်ခုမှ မကောင်းဘူးဘဲ ထားပါတော့၊ မင်းကကော မင်းကိစ္စတွေအတွက် ဘယ်လောက်ကြာကြာ အဖေကိုချည်း အပြစ်ပုံချပြီး ရှောင်တိမ်းနေနိုင်မယ် ထင်သလဲ'ဟူ၍ လှမ်းလှမ်းမေးတာ ကျွန်တော် ကြားနေရသည်။

တဖြည်းဖြည်း ကျွန်တော့်အတွေးတွေ ပြောင်းလဲသထက် ပြောင်းလဲလာခဲ့သည်။ ကျွန်တော် ပြစ်တင်ဝေဖန်စကားတွေ ပြောလွန်းတာ ကိုယ့်ဘာသာ ကြားလာသည်။ သည်နောက်မှာတော့ ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ် သဘောပေါက်လာသည်။ ကျွန်တော့်ဘဝမှာ ကျွန်တော့်ကိုယ်ကျွန်တော် အဓိကပုဂ္ဂိုလ်နေရာက မထားခဲ့မိပါကလား။ ကျွန်တော်သည် ပြုလုပ်သူ မဟုတ်။ အပြုလုပ်ခံ ဖြစ်နေပါကလားဆိုတာ ကျွန်တော် မြင်လာသည်။ သည်အခါကျတော့ ဒေါက်တာဆိုင်မွန်အတန်းထဲမှာတုန်းကထက်ပင် ပို၍ မသက်မသာ ခံစားရသည်။ ကျွန်တော် ရုပ်သေးရုပ်တစ်ရုပ် မဖြစ်ချင်ပါ။ ကိုယ်က စတင်ပြုလုပ်သူသာ ဖြစ်ချင်သည်။ သူတစ်ပါးလုပ်ရပ်ကို လိုက်၍ တုံ့ပြန်လှုပ်ရှားသူမျိုး မဖြစ်ချင်ပါ။

သို့သော် ရင့်ကျက်ဖွံ့ဖြိုးမှုဖြစ်စဉ်က အဆောတလျင် အလွယ်တကူ မဖြစ်ပေါ်ပါ။ မိမိခံစားမှု၊ မိမိရွေးချယ်မှုနှင့် မိမိလုပ်ရပ်များအတွက် မိမိဘာသာ တာဝန်ယူတတ်သူတစ်ဦးအဖြစ် ကျွန်တော့်အား လူအများ သတိထားမိလာဖို့ တစ်နှစ်မျှ အချိန်ကြာခဲ့သည်။ ကျောင်းက ဘာသာရပ်တိုင်းမှာပင် ကျွန်တော် အဆင့်အမှတ်တွေ သိသိသာသာ တက်လာသည်။ အပေါင်းအသင်းသူငယ်ချင်းသစ်တွေ တိုးပွားလာသကဲ့သို့ သူတို့၏ အရည်အချင်းတွေလည်း မြင့်မားလှတာ အံ့ဩစွာ တွေ့ရှိရသည်။ အထူးခြားဆုံးက ကျွန်တော့်အမြင်မှာ အဖေ အရင်ကထက် အဆမတန်တော်လာနေခြင်း ဖြစ်သည်။

သည်ကာလတစ်လျှောက်လုံးပင် ကျွန်တော် အတွေးကပ်ပြားတွေ ဖြည့်မြဲဖြည့်ပေးခဲ့သည်။ ထူးခြားလှသော သည်ဆရာထံ၌ နောက်ထပ် အတန်းတစ်တန်း ထပ်တက်သေးသည်။ ကျောင်းနေခဲ့သည့်သက်တမ်းတစ်လျှောက် ဆရာအတန်းမှာ ကျွန်တော် အကြီးစားဆုံးဖြစ်ခဲ့သည်။ အပတ်စဉ်ပေးရသည့် အတွေးကပ်ပြားများနှင့်အတူ ပို၍အဖြေရခက်သော ပြဿနာမေးခွန်းတွေ ကျွန်တော် ဆက်၍ဆက်၍ ရရှိခဲ့သည်။

နှစ်အတန်ကြာပြီးနောက်မှာတော့ ကျွန်တော့်တိုးတက်မှုက ကျွန်တော့်ဘာသာ အံ့အားသင့်ရသလောက် ရှိခဲ့ပြီ။ နဂိုက အတန်းထဲမှာ သိုးကာသိကာမျှ လောက်ပင် အနိုင်နိုင်ရှိခဲ့သော ကျွန်တော်သည် ထူးချွန်သောကျောင်းသားတစ်ဦး ဖြစ်လာပြီး အဲသည်နောက်တွင်မူ အောင်မြင်သော ဆရာတစ်ဦး အဖြစ်ပါ အသိအမှတ်ပြုခံလာခဲ့ရသည်။ နဂိုက အမြဲမကျေ မချမ်းဖြစ်နေပြီး

ဘဝအတွက် လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သည့် အလုပ်မှန်သမျှကို အမြဲရှောင်ဖယ်နေခဲ့သော ကျွန်တော်သည် ယခုတော့ ထက်သန်တက်ကြွသူ၊ ရည်မှန်းချက် ရှိသူ၊ ရွှင်ပျလန်းဆန်းသူတစ်ဦး ဖြစ်လာခဲ့ပြီ။

အဖေနှင့် ကျွန်တော့်ကြား ဆက်ဆံရေးသည်လည်း အလားတူပင် လုံးလုံးလျားလျား ကြီးပြောင်းလဲသွားခဲ့သည်။ ယခင်က ချုပ်ချယ်သည်ထင်ခဲ့ရာမှ ယခုတော့ အဖေ ကျွန်တော့်အတွက် စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း၊ ကျွန်တော့်ကို ဂရုစိုက်ခြင်းသာဖြစ်သည်ဟု မြင်လာခဲ့ပြီ။ ကျွန်တော့်အား ထိန်းကျောင်းပဲ့ပြင်ရန်အတွက် အဖေမှာ 'ချောမွေ့ပြေပြစ်သော' နည်းလမ်းများ မရှိခဲ့တာမှန်သော်လည်း စေတနာမေတ္တာ အရင်းခံက ကြီးမားလှသည်ဆိုတာ ကျွန်တော် သဘောပေါက်ခဲ့ပြီ။ အဖေနှင့် ရန်ဖြစ်တာတွေ တဖြည်းဖြည်းလျော့လာသည်။ နောက်ဆုံး လုံးဝပျောက်ကွယ်သွားသည်။ အဖေသည် အမြော်အမြင်ရှိ၍ သားသမီးကိုလည်း ချစ်တတ်သော ဖခင်ကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်ကြောင်း ကျွန်တော် ကောင်းစွာ သိနားလည်ခဲ့ပြီ။

သည်အရာအားလုံးပင် အလွန်ရိုးစင်းသလို ထင်ရသည့် ဆရာမေးခွန်းတစ်ခုက အစပြုခံခြင်း ဖြစ်ချေသည်။

■
ပေမြင့်

မှူရင်း။ ။
Hanoch McCarty \ The Thought Card





သိစေချင်တယ်...

၁

ကောင်မလေးရေ	ကောင်မလေးရေ
သတိရခြင်းတွေဟာ	အလွမ်းတွေသာ
မိုးရေစတွေလို	ပန်းပွင့်လေးတွေလို
တစ်စချင်း ရွာကျနိုင်မယ်ဆိုရင်	တစ်ပွင့်ချင်း ဖူးပွင့်နိုင်မယ်ဆိုရင်
ငါလေ	ငါ့နှလုံးသား ဥယျာဉ်ထဲမှာ
သမုဒ္ဒရာထဲ လက်ပစ်ကူးနေရလိမ့်မယ်	အရောင်အသွေး စုံလင်တဲ့
မင်းကို သတိရလွန်းလို့ပေါ့ . . .။	ပန်းတစ်ခင်းကို
	မင်းတွေ့ရလိမ့်မယ်
	မင်းကို လွမ်းလွန်းလို့ပေါ့ . . .။

၂၀၁၂.၁၂.၂၀၀၃

၂၀၀၄ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ၂၈

ကိုးနာရီမထိုးမီ မိနစ်အနည်းငယ်အလိုတွင် တယ်လီဖုန်းသံ မြည်လာသည်။

အော်ပရေတာ၏အသံ

‘ဂလင်းစ်ဖောလ်က ခေါ်နေပါတယ်။ ဒေါက်တာဗင်အိုက်နှင့် စကားပြောမှာပါ’

‘ဟုတ်ကဲ့။ ဒေါက်တာဗင်အိုက် စကားပြောနေပါတယ်’

ဒေါက်တာဗင်အိုက်သည် ဖုန်းကိုကိုင်ရင်း တစ်ဖက်မှ ပြောမည့် စကားကို နားစိုက်ထောင်ထားသည်။ တစ်ဖက်မှ ပြောသူက သူ့ကိုယ်သူ မိတ်ဆက်ပြီးတော့မှ ကိစ္စကို ပြောသည်။

‘ကျွန်တော် ဒေါက်တာဟောဒွန်ပါ။ ဂလင်းစ်ဖောလ် ဆေးရုံမှာ တာဝန်ထမ်းဆောင်ပါတယ်။ ကိစ္စကတော့ သေနတ်ကျည်ဆံ ဦးနှောက်ထဲကို

ဝင်နေတဲ့ လူငယ်တစ်ယောက် ဆေးရုံကို ရောက်နေတယ်။ သူ သွေးတအား ထွက်နေတယ်။ သွေး’

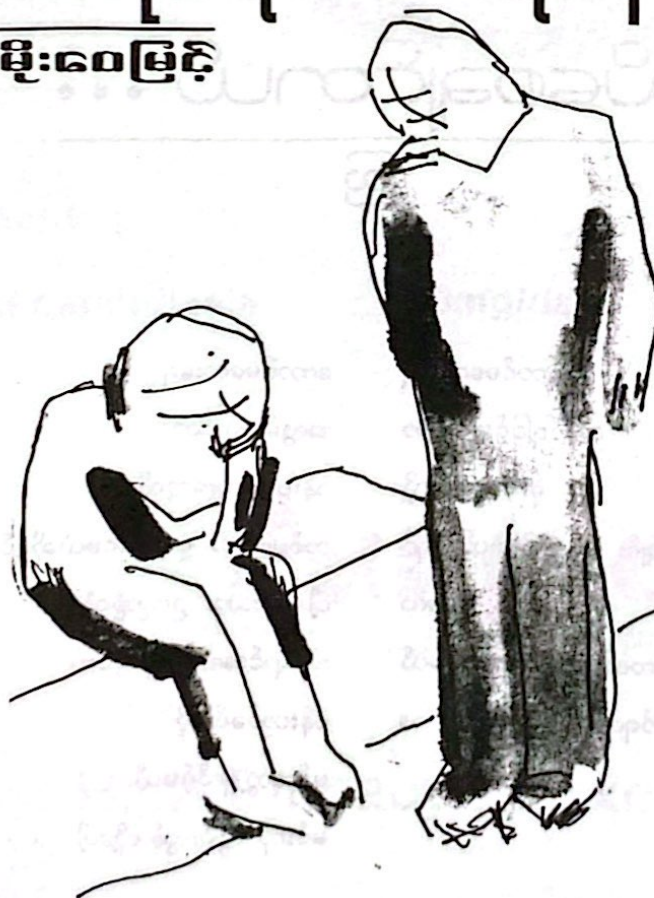
ဒေါက်တာဗင်အိုက်က

‘ကျွန်တော်ဟာ ဂလင်းစ်ဖောလ်ကနေ မိုင်ခြောက်ဆယ် ဝေးတဲ့နေရာမှာ ရောက်နေတဲ့သူပါ။ ခင်ဗျားတို့ မြို့မှာရှိတဲ့ ဒေါက်တာမာဆာကိုပဲ ကြိုးစားပြီး ခေါ်ကြည့်ပါဦး’

‘သူ မြို့ပြင်ကို ထွက်သွားတယ်လို့ သိရပါတယ်။ ကျွန်တော် ခင်ဗျားကို ခေါ်ရတဲ့ အကြောင်းက အဲဒီသေနတ်မှန်တဲ့ ကလေးက

အသက်မကယ်လိုက်ရသော ဆရာဝန်

မောင်မောင်မိုးဝေမြင့်



ကျောင်းပိတ်ရက်မှာ ကျွန်တော်တို့ မြို့မှာရှိတဲ့ သူ့ဆွေမျိုးတွေဆီ လာလည်တယ်လေ။ အဲဒီမှာ ပွိုင့်တူးတူးသေနတ်နှင့် ကစားရာက သေနတ် ကျည်ဆံထွက်ပြီး သူ့ကို မှန်တာပဲ'ဟု ဒေါက် တာ ဟောဒွန်က ရှင်းပြသည်။

'ကောင်လေးက ကျွန်တော်နေတဲ့ မြို့က လို့ ခင်ဗျား ပြောတယ်နော်၊ ဒီကလေး နာမည်က ဘယ်သူလဲဗျ' ဟု ဒေါက်တာ ဗင်အိုက်က မေး လိုက်ရာ ဒေါက်တာဟောဒွန်က

'အာသာ ကန်နီဟမ်'

'အဲဒီကောင်လေးကို ကျွန်တော်တော့ မသိဘူးဗျို့၊ ကျွန်တော် ခင်ဗျားတို့ဆီကို မြန်နိုင် သမျှ မြန်မြန်ရောက်အောင် လာခဲ့မယ်ဗျာ၊ နှင်း တွေ ဆိုးဆိုးရွားရွား ကျနေတယ်။ ဒါပေမယ့် သန်းခေါင် မတိုင်ခင် ကျွန်တော် ခင်ဗျားတို့ဆီကို ရောက်လာမယ်လို့ ထင်တယ်' ဟု ဒေါက်တာ ဗင်အိုက်က ပြောသည်။

ဒေါက်တာဟောဒွန်က

'ကျွန်တော်ခင်ဗျားကို တစ်ခုတော့ ပြောထားရဦးမယ်၊ ကောင်လေးရဲ့ မိဘတွေက ဆင်းရဲကြတယ်ဗျ၊ ဆေးဖိုးဝါးခတောင် တတ်နိုင် မယ် မထင်ဘူး'

'ကိစ္စမရှိဘူး၊ ရတယ်'ဟု ဒေါက်တာ ဗင်အိုက်က ပြန်ပြောသည်။

မိနစ်အနည်းငယ်အကြာတွင် ဒေါက်တာ ဗင်အိုက်၏ ကားသည် အယ်လ်ဘန်နီမြို့၏ ဆင်ခြေပုံးသို့ ရောက်လာသည်။ မီးပွိုင့်က အနီ ပြနေသဖြင့် ဒေါက်တာဗင်အိုက်သည် ကားကို ခေတ္တရပ်ထားလိုက်သည်။ ထိုအခိုက် ကားရှေ့ခန်း တံခါး ရုတ်တရက် ပွင့်သွားသည်။ သားရေ ဂျာကင် ဝတ်ထားသော အမျိုးသားတစ်ဦးသည် ကားရှေ့ခန်းတံခါးကို ရုတ်တရက် ဆွဲဖွင့်လိုက် ခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုသူသည် ဒေါက်တာဗင်အိုက် ၏ နံဘေးရှိ ထိုင်ခုံတွင် ဝင်ထိုင်ပြီးနောက် ကားတံခါးကို ပိတ်လိုက်သည်။

ထိုလူက ဒေါက်တာဗင်အိုက်ကို အမိန့် ပေးသည်။

'ရှေ့တည့်တည့်ကိုသာ ကားကို ဆက် မောင်းပေတော့ ကိုယ့်လူ၊ ယီးတီးယားတား လုပ်မယ်တော့ မကြံနှင့်နော်။ ကျုပ်မှာ သေနတ် ပါတယ်'

'ကျွန်တော် ဆရာဝန်ပါ။ ခု အရေးပေါ် ကိစ္စတစ်ခုနှင့် ထွက်လာခဲ့တာပါ'ဟု ဒေါက်တာ

ဗင်အိုက်က ရှင်းပြသည်။

သားရေဂျာကင်နှင့် လူက

'စကား များမနေနှင့်၊ ကားကိုသာ ဆက် မောင်း'

ကားသည် မြို့အပြင်ဘက် တစ်မိုင်ခရီးလောက် ရောက်သည့်အခါ သားရေဂျာကင်ဝတ် လူဆိုးသည် ဒေါက်တာဗင်အိုက်အား ကား အရပ် ခိုင်းသည်။ နောက် ဒေါက်တာ ဗင်အိုက်သည် ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ အမိန့်အရ ကားပေါ်မှ ဆင်း၍ လမ်းပေါ်တွင် နေရစ်ခဲ့ရတော့၏။

ဒေါက်တာဗင်အိုက်အဖို့ တယ်လီဖုန်းကို လိုက်ရှာရသည်ကပင် နာရီ ဝက်ခန့် ကြာသွားသည်။ တယ်လီဖုန်း တွေ့ပြီးဆိုတော့လည်း အငှားကား တစ်စီး လွှတ်ပေးပါမည့်အကြောင်း အငှားကား ကုမ္ပဏီကို တောင်းတောင်း ပန်ပန် ပြောနေရပြန်သေးသည်။ သူသည် အငှားကား စီး၍ မီးရထား ဘူတာရုံသို့ အမြန်သွားသည်။ ဘူတာရုံ ရောက်သောအခါ ဂလင်းစံဖောလ်ကို သွားမည့်ရထားသည် (၁၂:၀၀) နာရီ မတိုင်မီ တစ်စီးမျှ မရှိဟု သိလိုက် ရသည်။

ည နှစ်နာရီကျော်မှ ဒေါက်တာဗင်အိုက်သည် ဂလင်းစံဖောလ် ဆေးရုံ သို့ ရောက်ခဲ့တော့၏။ သူ့ကို ဒေါက်တာဟောဒွန်က စောင့်လျက်ရှိသည်။ ဗင်အိုက်က တောင်းပန်စကားဆိုသည်။

'ကျွန်တော် တတ်နိုင်သမျှတော့ အမြန်ရောက်အောင် ကြိုးစားတာ ပဲဗျာ၊ ဒါပေမယ့် လမ်းမှာ ကျွန်တော့်ကား'

သူ့စကားမဆုံးမီမှာပင် ဒေါက်တာဟောဒွန်က ဖြတ်၍

'ခင်ဗျား ခုလို ကြိုးစားပြီး ရောက်အောင်လာတာကိုက အင်မတန် မွန်မြတ်တဲ့အလုပ်ကို လုပ်ပြလိုက်တာပါပဲ။ ကောင်လေးကတော့ လွန်ခဲ့တဲ့ တစ်နာရီလောက်ကပဲ ဆုံးသွားရှာပြီ'

သူတို့နှစ်ယောက်သည် ဆေးရုံအဆောက်အအုံ အတွင်းရှိ ဧည့်သည်များ နေရာ ဧည့်ခန်းရှေ့မှ ဖြတ်လျှောက်လာစဉ် ဒေါက်တာဗင်အိုက်သည် တုန့်ခနဲ ရပ်လိုက်မိသည်။ ဧည့်ခန်းအတွင်း ထိုင်ခုံတွင် သားရေဂျာကင် ဝတ်ထားသော လူကို တွေ့လိုက်ရသည်။ သူ့လက်နှစ်ဘက်ဖြင့် သူ့ခေါင်းကို အုပ်ထားသည်။ သူသည် ပူဆွေးသောက ရောက်နေပုံရသည်။

'မစ္စတာ ကန်နီနှင့် ဟမ်'ဟု ဒေါက်တာဟောဒွန်က ထိုလူကို ခေါ် လိုက်သည်။ ဒေါက်တာဟောဒွန်က ဆက်၍ ပြောသည်။

'မစ္စတာ ကန်နီနှင့်ဟမ်၊ ဟောဒီပုဂ္ဂိုလ်က ဒေါက်တာ ဗင်အိုက်ပါပဲ။ ခင်ဗျားသားလေးရဲ့ အသက်ကို ကယ်ရအောင်ဆိုပြီး အယ်ဘန်နီမြို့ကနေ ဒီကို အမောတကော ရောက်လာတဲ့ ဆရာဝန်ကြီးပေါ့ဗျာ'



မောင်မောင်မိုးဝေမြင့်

(သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်)

(၁၉၅၀ ခုနှစ် ဇူလိုင်လထုတ် Reader's Digest မှ

Billy Rose ရေးသော

Why The Doctor Was held Up ဝတ္ထုကို ပြန်ဆိုပါသည်။)



ဘဝကို အလှဆင်ကြသူများ အောင်သူဟိန်း

ချီကာဂိုမြို့မှာ ကျင်းပတဲ့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ညီလာခံတစ်ခုမှာပေါ့။
အသက်၅၀လောက်ရှိပြီး အရပ်ရှည်ရှည် လူတစ်ယောက်က
ကျွန်တော့်ကို လာပြီး နှုတ်ဆက်ပါတယ်။ 'တဆိတ်လောက်ဗျာ၊
ခင်ဗျားဟာ ဖီးလ်ဘတ်မြို့မှာ ကျောင်းနေခဲ့ဖူးတဲ့ ဟယ်ရီရိုက်များ
ဖြစ်နေမလား' သူက အဲဒီလို မေးရင်းနဲ့ 'တကယ်လို့ ခင်ဗျား
ဆိုရင်တော့ ကျွန်တော့်ကို မှတ်မိမှာပဲ'
စက္ကန့်ပိုင်းလေးအတွင်းမှာ ကျွန်တော့်ဦးနှောက်ကို
အလုပ်ပေးလိုက်ရတယ်။ ပြီးတော့ ရုတ်တရက် သူရင်ဘတ်က

ညီလာခံကဒ်ပြားကို ဖြတ်ခနဲ ကြည့်လိုက်မိတယ်။
ဝီလျံဘော့ဒွင်တဲ့ ဘုရားရေ.....။

'ဟေး - ဘီလ်' ကျွန်တော့် နှုတ်က
အာမေဇိုင်သံတစ်ခု လွှတ်ခနဲ ထွက်သွားမိတယ်။

'မင်း ဒီနေရာကို ဘယ်လိုကနေ ဘယ်လို
ရောက်နေရသလဲ ဘီလ်'

ကျွန်တော့်ရဲ့ အံ့အားသင့်မှုဟာ မလွန်လှ
ပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ကျွန်တော်တို့
ကျောင်းသားဘဝတုန်းက - အင်း၊ ကြာတော့
ကြာခဲ့ပြီလေ။ အနှစ်(၃၀)လောက်တောင် ရှိရော
ပေါ့။ ဘီလ်ဟာ ထင်ရှားတဲ့ ပြေးခုန်ပစ် ကျောင်း
သားတစ်ယောက်ပါ။ ပြီးတော့ လက်စွမ်းလက်စ
ကောင်းတဲ့ ပန်းချီဝါသနာရှင်တစ်ယောက်လည်း
ဖြစ်တယ်လေ။ ကျောင်းပြီးတဲ့အချိန်မှာ ဘီလ်ဟာ



သူရဲကလေး ဘဝတည်းက ပြင်းပြခဲ့တဲ့ ဆန္ဒအတိုင်း ခရီးသွား ဆက်ကပ်အဖွဲ့ တစ်ဖွဲ့နဲ့ လိုက်ပါသွားခဲ့ပါတယ်။ အဲဒါ သူ့အကြောင်း ကျွန်တော် နောက်ဆုံးကြားရတာပါပဲ။ ခုတော့ ဘီလ်ဟာ သွားညှိကုပညာ အထူးကုဆရာဝန်တစ်ယောက် ဖြစ်နေပါရောလား။

ကျွန်တော်တို့နှစ်ယောက်ဟာ သောက်စရာ ကိုယ်စီကိုယ်ငှနဲ့ အခန်းထောင့်တစ်နေရာက စားပွဲတစ်လုံးမှာ နေရာယူလိုက်ကြတယ်။ အတိတ်အကြောင်း နောက်ကြောင်း ပြန်ကြရအောင်ပေါ့။

‘မင်းကိုတော့ တကယ့်မျက်လှည့်ဆရာတစ်ယောက်လိုသာ ပြောချင်တော့တာပဲ။ ဆက်ကပ်သမားတစ်ယောက်ဘဝကနေ သွားညှိကုဆရာဝန်တစ်ယောက်ဖြစ်လာအောင် ကိုယ့်ကိုယ်

ကို ဘယ်လိုများ ပြောင်းလဲခဲ့သလဲ ဘီလ်ရယ်’

ဘီလ်ဟာ သက်တောင့်သက်သာရှိအောင် ထိုင်ခုံကျောမှီပေါ်ကို မှီချလိုက်ရင်း စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းလှတဲ့ ပုံပြင်လေးတစ်ပုဒ်ကို ပြောပြခဲ့ပါတယ်။



ဘီလ်သည်သူလိုက်ပါခဲ့သော ခရီးသွားဆက်ကပ်အဖွဲ့ကြီးဖြင့် နိုင်ငံအနှံ့ ရောက်ရှိခဲ့လေသည်။ သို့ရာတွင် ဘီလ်၏ဘဝသည် သူ ကြိုတင်စိတ်ကူးယဉ်ခဲ့သည့်အတိုင်း တိမ်းမူးမက်မောစရာ မဟုတ်လှကြောင်း သူ သိလာခဲ့ရသည်။ မြို့ငယ်လေးတွေ တစ်မြို့ပြီး တစ်မြို့ ဆက်ကပ်ထဲက တစ်ညတာ၊ နောက်နေ့မနက် ခရီးဆက် စသည့်ဖြင့် ဘီလ်၏ဘဝသည် ပိုမို၍ စိတ်ပျက်စရာ ဖြစ်လာခဲ့သည်ဟု သူ့ကိုယ်သူ ခံစားမိခဲ့တော့သည်။

‘တကယ်တော့ အလုပ်လုပ်နေရတာ အဓိပ္ပာယ် မရှိလှပါဘူး။ ဒါပေမယ့် ဒါကိုပဲ သည်းခံအောင်အည်းနေရတယ်။ တကယ်လို့ အိမ်ပြန်သွားခဲ့ရင်လည်း ငါ့ကို ဘာအဖြစ်မှ မရှိတဲ့ကောင်ဆိုပြီး ဝိုင်းကြည့်ကြဦးမယ်’ ဘီလ်သည် အလုပ်တွင် သိပ်မပျော်ခဲ့တော့ပေ။ ဘဝဆိုသည်မှာ အပေးနည်းပြီး အယူများတဲ့ ဇာတ်ဆရာတစ်ယောက် လိုပါလား။ အလုပ်လုပ်ရတာ ခက်ခဲပင်ပန်းသလောက် ပြန်ရတဲ့အခါ ကျေနပ်လောက်စရာ မရှိပါလားဟုသာ အစဉ်တွေးတောနေမိတော့သည်။

သို့ဖြင့် ဘီလ်တို့သည် ဖိလာဒဲလ်ဖီးယားမြို့သို့ ရောက်ရှိလာခဲ့ကြသည်။ ဘီလ်၏ ငြီးငွေ့သောစိတ်တို့ အနည်းငယ် ဖြေလျော့နိုင်ခဲ့ပြီ။ ဖိလာဒဲလ်ဖီးယားမြို့အကြောင်းကို သူ၏ မိသားစုများမှတစ်ဆင့် သူ့အတော်အတန် ကျွမ်းဝင်ခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။ ယခုအခါ သမိုင်းဝင်နေရာများကို ကိုယ်တိုင် ကိုယ်ကျ ကြည့်ရှုနိုင်ရန် အခွင့်အရေးရခဲ့ပြီဟု စိတ်တွင်းမှ ဝမ်းသာခဲ့ရသည်။ ထို့ပြင် ဘီလ်အတွက် မြို့ကြီးတစ်မြို့သို့ ပထမဆုံးအကြိမ် ရောက်ဖူးခြင်းလည်း ဖြစ်လေသည်။

ဇွန်လ၏ သာယာသော တနင်္ဂနွေနေ့တစ်နေ့၏ ညနေခင်းတွင် ဘီလ်တို့အဖွဲ့ မြို့တွင်းသို့ ဝင်ခဲ့ကြသည်။ ဆက်ကပ်ပစ္စည်း၊ မိမိတို့ကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်းများအား နေသားတကျ ပြင်ဆင်ပြီးသည့်အချိန်တွင် မိုးချုပ်နေခဲ့ပြီ။ ဘီလ်အတွက်မှာမူ သန်းခေါင်ယံမတိုင်မီအထိ နားချိန်ရလေသည်။ ရွှင်လန်းတက်ကြွနေသည့် ဘီလ်အတွက် အနားယူရမည့်အချိန်များကို နှမြောနေမိသည်။ ထို့အတွက် ဆက်ကပ်တွင်းမှ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်နှင့် မြို့တွင်းသို့ လှည့်လည်ကြရန် အဖော်စပ်၍ ရလေသည်။

ဘီလ်တို့ ဆက်ကပ်အဖွဲ့မှ ထွက်လာချိန်တွင် ညဦးပိုင်းသို့ တိုင်ခဲ့ပြီ။ ဘီလ်အတွက် စိတ်မကောင်းစရာကား မြို့၏ပြတိုက်နှင့် အခြားသမိုင်းဝင်နေရာအချို့မှာ ပိတ်ချိန်သို့ ရောက်နေခဲ့ပေပြီ။ သို့ဖြင့် အီတလီစားသောက်ဆိုင်တစ်ဆိုင်သို့သာ သူတို့နှစ်ယောက် လှမ်းခဲ့ကြရသည်။ ထိုသို့အသွား လမ်းမြှောင် လမ်းကြားကလေးတစ်ခုအရောက်တွင် ဘီလ်၏ ဘဝကို အကြီးအကျယ် ပြောင်းလဲသွားစေမည့် အဖြစ်အပျက်တစ်ခုသည် ရုန်းရင်း ဆန်ခတ်မှုတစ်ခုအဖြစ် ဘီလ်အား စောင့်ကြိုနေခဲ့ပါသည်။ လူငယ်တစ်ချို့၏ ရန်ပွဲဟုပင် ထင်မိသေးသည်။ နောက်မှ လူငယ်တော်တော်များများက ကောင်ငယ်လေးတစ်ယောက်ကို ဝိုင်းရိုက်နေကြမှန်း သိရသည်။ လက်သီးနဲ့ ထိုးသူက ထိုး၊ ခြေနဲ့ ကန်သူက ကန်လုပ်နေကြတဲ့ လူရမ်းကားလေးတွေကို ဟစ်အော်

ကံဆိုးရှာတဲ့
ကလေး
ငယ်တွေ
ဘယ်လောက်
များ
များနေမှာလဲ
ငါတို့
တတွေဟာ
သူတို့ဘဝ
အတွက်
ဘာမှ
လုပ်မပေး
နိုင်တော့
ဘူးလား

ပြီး ရပ်တန့် ခိုင်းရသည်။ သနားစရာ ကောင်
ငယ်လေးမှာ လမ်းလယ်မှာ လဲလျက် ကျန်ခဲ့
သည်။

ဘီလ်သည် ကောင်လေးအား အသာ
ပွေယူလိုက်မိသည်။ ကောင်းကလေးမှာ (၁၀)နှစ်
ခန့်အရွယ်ရှိကာ သနားစဖွယ် ငိုကြွေးနေခဲ့ပြီး
သူ၏နှာခေါင်းမှလည်း သွေးများ ယိုစီးကျနေ
ခဲ့သည်။ တကယ့် ဝမ်းနည်းစရာ မြင်ကွင်းတစ်ခု
ပင်။ သို့သော် ဘီလ်မျက်လုံးများကို ဖမ်းစား
လိုက်သည်ကတော့ ကလေးငယ်ရဲ့ သွားတွေနဲ့
မေရိုးပါပဲ။ ကောင်လေး၏ သွားများသည်
အောက်နှုတ်ခမ်းပေါ်တွင် ကပ်ထားသကဲ့သို့ ပေါ်
ထွက်နေပြီး နောက်ဘက်သို့ ရွေ့နေသော မေးရိုး
ကြောင့် ရုတ်တရက်မေးစေ့မပါသကဲ့သို့ပင် ထင်
ရသည်။ ဘီလ်သည် ကလေးငယ်၏မျက်နှာ
ပေါ်မှ အမှိုက်သရိုက်များနှင့် သွေးစသွေးများကို
သန့်စင်ပေးလိုက်ပြီး ကြင်နာစွာ မေးမိခဲ့သည်။

‘ဘယ်လိုများ ဖြစ်ရသလဲ သားရယ်’
ကလေးငယ်ဟာ ရှိုက်သံတစ်ဝက်နဲ့ ‘သူတို့
အားလုံး ကျွန်တော့်ကို အမြဲနှိပ်စက်နေကြတာ
ပါပဲ။ ခပ်ကြီးကြီး ကောင်တွေက ကျွန်တော့်ကို
အမြဲတမ်း အနိုင်ကျင့်၊ တွန်းထိုးပြီး ကျွန်တော်
မခံချင်အောင် စ၊ကြတယ်။ ကျွန်တော့် မေးစေ့က
ပျောက်နေတာရယ်၊ သွားတွေက ငေါထွက်နေ
တာရယ်ကြောင့်ပေါ့။ ကျွန်တော် စိတ်ဆိုးပြီး
သူတို့နဲ့ ရန်ဖြစ်တဲ့အခါ သူတို့က ဝိုင်းထိုးကြ
တယ်။ ကျွန်တော် မဆိုးရပါဘူး။ ဒီအတိုင်းပဲ
ကျွန်တော် အမြဲငိုရတယ်’

ကောင်လေးက ဆက်ပြောသည်။ ‘ကျွန်
တော့်နာမည်က ဂျော်ဗန်နီဆီဗဲလ်လိုင်တဲ့။ ဒါပေ
မယ့် သူတို့အားလုံးက ကျွန်တော့်ကို ကောင်လေး
ဂျိုးလို့ပဲ အမြဲခေါ်နေကြတာပါပဲ’

ဘီလ်ရင်ထဲတွင် သိပ်မကောင်းလှတော့ပေ။
ဘီလ်တို့သည် ကလေးငယ်ကို သူ့အိမ်ရောက်
အောင် လိုက်ဖို့ကြသည်။ ဂျိုး၏ မိခင်မှာ ဤ
အဖြစ်အပျက်ကို သိပ်အံ့ဩလှပုံ မရပေ။

‘ဂျိုးကတော့ အမြဲတမ်း ရန်ဖြစ်နေကြပါပဲ။
သူ့ကို ကျွန်မ အမြဲပြောတယ်။ ဒီလူကြမ်းလေး
တွေနဲ့ ဝေးဝေးနေစမ်းပါလို့’

ဘီလ်က ကလေးများသည် ဂျိုးမခံချင်
အောင် ဝိုင်းစကြသည့်အကြောင်း ပြောပြလိုက်
သည်။ တဆက်တည်း ဂျိုးရဲ့ သွားတွေကို ညီညာ

အောင် ဘာကြောင့်လုပ်မပေးတာလည်းဟု မေးမိ
ပြန်သည်။

ဂျိုး၏မိခင်က

‘သွားဆရာဝန် တစ်ယောက်ဆီသွားရင်
ငွေအများကြီး ကုန်မှာပေါ့၊ ကျွန်မတို့မှာ အဲဒီ
လောက် မတတ်နိုင်ပါဘူး။ ကျွန်မယောက်ျားက
အိမ်စားဖို့နဲ့ သူ ဘီယာသောက်ဖို့လောက်ပဲ ရှာ
နိုင်တာပါ’ ဟု ပြောသည်။

ဘီလ်နှင့် သူ့မိတ်ဆွေသည် ဂျိုးအား သန့်စင်
ဆေးကြောစေပြီး သူတို့နှင့်အတူ ညစာစားရန်
ခေါ်ခဲ့ကြသည်။ ရပ်ရှင်လည်း ပြကြသည်။
ဂျိုးကလေးမှာ အလွန်ပျော်ရွှင် နေတော့သည်။
စင်စစ် သည်အဖြစ်မှာ ပထမဆုံးအကြိမ် လူတစ်
ယောက်က သူ့အပေါ် အလေးအနက်ထားခြင်း
ပင် မဟုတ်ပါလား။ နောက်စနေနေ့တွင် ဘီလ်
သည် ဂျိုးအား ဆပ်ကပ်အတွင်းသို့ ခေါ်
လာခဲ့လေသည်။



‘ငါက သူ့ကို ပြောင်းဖူးပေါက်ပေါက်တွေနဲ့
ရှောက်ချိုပြားတွေ ဝယ်ပေးခဲ့တယ်။ တောတွင်း
တိရစ္ဆာန်တွေကိုလည်း လိုက်ပြပေးခဲ့တယ်။’
ဒီအကြောင်းတွေ ကျွန်တော့်ကို ပြန်ပြောနေချိန်မှာ
ဘီလ်မျက်လုံးတွေဟာ အမှတ်ရခြင်းတွေနဲ့ စိုစွတ်
နေခဲ့တယ်။ ‘အိမ်အပြန်လမ်းကျတော့ ဂျိုးဟာ
ငါ့ပခုံးပေါ်မှာ နှစ်နှစ်မြိုက်မြိုက် အိပ်မောကျပြီး
ပါလာခဲ့တယ်’ ထိုညသည် ဘီလ်ဘဝအတွက်
တကယ့်အတွေးများဖြင့် ညဖြစ်သည်။ ဘဝရဲ့
အဓိပ္ပာယ်ဆိုတာကို ဒီကလေးငယ်အဖို့ ဘယ်လို
ခံစားရမလဲ။ ကလေးနှင့် ထိုက်တန်သော အပြစ်
မဟုတ်ဟု ဘီလ်က ယူဆသည်။ ကောင်းပြီ-
ဂျိုးအပြင် တခြားကံဆိုးရှာတဲ့ ကလေးငယ်တွေ
ဘယ်လောက်များ များနေမှာလဲ။ ငါတို့တတွေ
ဟာ သူတို့ဘဝအတွက် ဘာမှလုပ်မပေးနိုင်တော့
ဘူးလား။ မိမိက သူတစ်ပါးကို ပျော်ရွှင်ချမ်း
မြေ့အောင် လုပ်ဆောင်ပေးခြင်းဖြင့် ရရှိသော
အရသာသည် ဘဝ၏အဓိပ္ပာယ် ဖြစ်သည်။ ဘီလ်
သည် ဘဝကို အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိ ဖြတ်သန်းချင်သူ
တစ်ယောက်ဖြစ်လေသည်။ ထိုည၌ပင် ဘီလ်
သည် သူ ဘာလုပ်ရမည်ကို ကောင်းစွာ သိထား
ပြီး ဖြစ်ခဲ့သည်။

နောက်တစ်နေ့တွင် ဘီလ်သည် သူ၏ဆုံး

ဖြတ်ချက်နှင့် ပတ်သက်၍ သူ၏မိဘများထံ စာရေးအသိပေးခဲ့သည်။ ဘီလ်၏ မိဘများမှာ လည်း နှစ်သက်လက်ခံခဲ့ကြသည်။ ဘီလ်သည် ဆက်ကပ်မှ ရသည့်ငွေအချို့ကို ဘဏ်တွင် စုဆောင်းလိုက်သည်။ ဘီလ်၏ဖခင်ကလည်း ကျောင်းစရိတ်အချို့ ထောက်ပံ့ရန် ကတိပြုလေသည်။ သို့ဖြင့် ဘီလ်သည်ပင် ဆယ်လ်ဗေးနီးယားတက္ကသိုလ်သို့ ရောက်ခဲ့တော့သည်။

ဘီလ်၏ ပညာသင်ဘဝကို ရှည်ရှည်ပြောမပြောတော့ပါ။ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးပညာဘွဲ့ရပြီးနောက် ဇွဲကောင်း၍ အနုပညာမျိုးစေ့ပါသော သူ၏လက်ချောင်းကလေးများဖြင့် ဘီလ်သည် ဘွဲ့လွန်ဒီကရီကို သွားညီကုပညာရပ်ဖြင့် ရယူနိုင်ခဲ့ပေသည်။ များမကြာမီ ဒုတိယကမ္ဘာစစ်ကြီးဖြစ်ပွားလေရာ ဘီလ်သည် ဆေးဝန်ထမ်းအရာရှိတစ်ယောက်အဖြစ် မြောက်အိန္ဒိယဆေးရုံတစ်ခုသို့ တာဝန်ကျခဲ့လေသည်။

ကျွန်တော်က ဘီလ်အား ‘ကောင်လေးဂျိုးကို နောက်တစ်ကြိမ် ပြန်တွေ့ဖြစ်သေးလား’ လို့ မအောင့်အည်းနိုင်စွာ မေးမိတော့ သူက ‘ငါလည်း ဒီအကြောင်းပြောပြချင်နေတာပါ။ တစ်နေ့မှာပေါ့။ လူနာတင်ကားပေါ်ကနေ တွန်းလှည်းပေါ်ကို လူနာတစ်ယောက် ပြောင်းတင်ပြီးတော့ ဆေးရုံထဲကို တွန်းလာကြတယ်။ သတိမေ့နေတဲ့ လူနာဟာ ဗုံးကြဲခံရတုန်းက အစအနေတွေ ထိမှန်ပြီး မေးရိုးကျိုးသွားခဲ့တာပဲ။ ဆေးထည့်တဲ့အခန်းထဲမှာ သူ့မျက်နှာကို စည်းထားတဲ့ ပတ်တီးတွေကို ဖြေလိုက်ကြတယ်။ သူ့မျက်နှာကို တစ်ချက်ကြည့်လိုက်မိရင်ပဲ ငါဟာ အသက်ပြင်းပြင်းတစ်ချက် ရှိုက်လိုက်မိတယ်။ ဒီလိုမျိုး ရှေ့ထွက်နေတဲ့ သွားတွေကို ငါဘယ်လိုလုပ်ပြီး မှားနိုင်မှာလဲ။ ပြီးတော့ သူကတိပြားကို ကြည့်လိုက်မိတယ်။ ဟုတ်တယ်။ သူဟာ တပ်ကြပ်ကလေး ဂျော်ဗန်နီ ဆီဗဲလ်လိုင်ပါပဲ။’

‘မင်း သိပါတယ် ဟယ်ရီ။ ငါဟာ ဂျိုးအပေါ်မှာ သားအရင်းတစ်ယောက်လို သဘောထားတယ်ဆိုတာလေ။ ငါတို့ဟာ အပိုင်းပိုင်းကျိုးနေတဲ့ သူရဲမေးရိုးကို ပြုပြင်အစားထိုးပေးလိုက်ကြတယ်။ အရေပြားဒဏ်ရာတွေကိုလည်း ချုပ်ပေးလိုက်ကြတယ်။ သူ မေ့ဆေးကနေ ပြန်သတိ

ရလာတဲ့အချိန်မှာ ငါ့ကိုလည်း မြင်ရော၊ တကယ့်သရဲတစ်ခုကို တွေ့ရသလိုပါပဲ။ အဲဒီနောက်တော့ ပတ်တီးတွေကြားက ဂျိုးရဲအပြုံးကို မြင်ရတယ်။ ငါနဲ့ ပြန်ဆုံဆည်းရတဲ့အတွက် ဘယ်လောက်ပျော်ရွှင်ရတယ်ဆိုတာ ဘုရားသခင်ပဲ သိပါလိမ့်မယ်လို့ သူက ပြောပြတယ်’

ဒီလိုနှင့် ဂျိုးပြန်လည်ကောင်းမွန်လာတဲ့အခါ ဘီလ်ဟာ သူ့ရဲအချိန်အဝါနှင့် ဂျိုးကို သူ့ဆေးရုံကို ခေါ်ထားလိုက်ပါတယ်။ အခုအချိန်မှာတော့ ဘီလ်ဟာ ဂျိုးကလေးကို ဆက်ကပ်ထဲ ခေါ်လာတဲ့ညတုန်းက သူ့အိပ်မက်မက်ခဲ့တဲ့အတိုင်း လုပ်ပေးနိုင်နေပါပြီ။

‘ငါ့ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်အချိန်တွေမှာ ဂျိုးရဲသွားတွေကို ဝါယာတချို့နှင့် ရစ်သိုင်းပြီး သူ့ရဲချီယွင်းချက်ကို ပြုပြင်ပေးနေခဲ့တာ သူလုံးဝ ကောင်းသွားတဲ့အထိပဲ ဆိုပါတော့။ သူ ဘယ်လောက် ပြောင်းလဲသွားတယ်ဆိုတာ မင်း ကြည့်ချင်မှာပဲနော်’

အဲဒီနောက်တော့ ဘီလ်ဟာ သူ့ရဲပုံပြင်ကို အဆုံးသတ် လိုက်ပါတယ်။ ပြီးတော့ ခန်းမအလယ်က အရပ်ရှည်ရှည် အသားညိုညို ရည်မွန်တဲ့ လူရွယ်တစ်ယောက်ကို လှမ်းခေါ်လိုက်ပြီး ‘ဟေး၊ ဒီကို ခဏလာပြီး ငါ့မိတ်ဆွေဟောင်းကြီးကို နှုတ်ဆက်ပါဦးကွယ်’

သပ်ရပ်ခုံညားတဲ့ လူရွယ်ဟာ ကျွန်တော်တို့ဆီကို လျှောက်လှမ်းလာခဲ့တယ်။ နှစ်လိုဖွယ်အပြုံးနှင့် သူ့လက်ကို ဆန့်တန်းပေးခဲ့ပါတယ်။

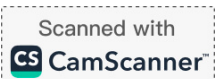
‘ဟယ်ရီရေ’ ဘီလ်က...

‘မင်းကို မိတ်ဆက်ပေးမယ့်သူကတော့ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာဘွဲ့ရထားပြီး အခု သွားညီကုပညာဘွဲ့လွန်သင်တန်း တက်နေတဲ့ ဘွဲ့လွန်ကျောင်းသားတစ်ယောက်ပဲကွ။ အဲသူနာမည်ကတော့ ဒေါက်တာ ဂျော်ဗန်နီဆီဗဲလ်လိုင်တဲ့။’

(1954ခုနှစ် Octoberလထုတ် Reader Digest မဂ္ဂဇင်းမှ Dr Harry B. Wright, D.D.S ၏ Little Joe ကို ကိုးကားရေးသားပါသည်။)

အောင်သူဟိန်း
အလုပ်သင်ဆရာဝန်

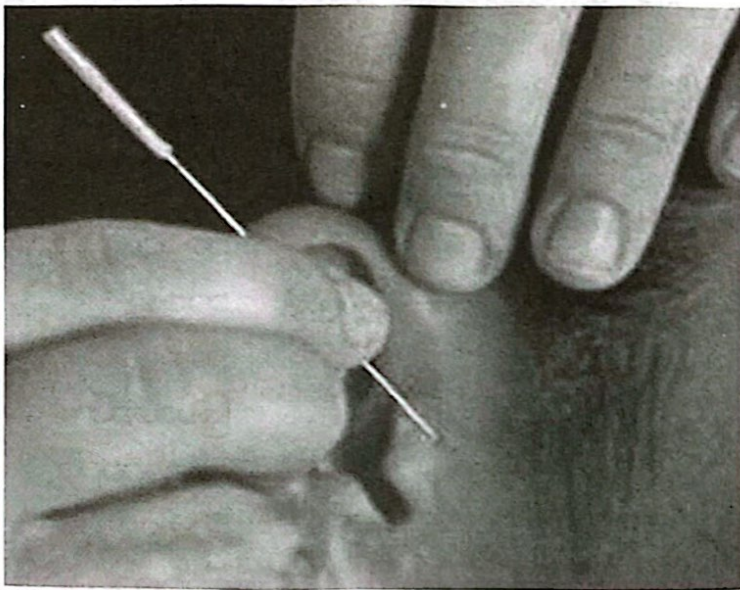
မိမိက
သူတစ်ပါးကို
ပျော်ရွှင်
ချမ်းမြေ့အောင်
လုပ်ဆောင်
ပေးခြင်းဖြင့်
ရရှိသော
အရသာသည်
ဘဝ၏
အဓိပ္ပာယ်
ဖြစ်သည်
ဘီလ်သည်
ဘဝကို
အဓိပ္ပာယ်ရှိရှိ
ဖြတ်သန်း
ချင်သူ
တစ်ယောက်
ဖြစ်လေသည်



ဖေဖော်ဝါရီလ တစ်လတွင်ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်သည် ရှန်ဟိုင်းဆေးရုံတစ်ရုံရှိ ခွဲစိတ်ဆရာဝန် တစ်ဖွဲ့ ဘေးတွင် လူနာတစ်ဦးအား အပ်စိုက်၍ ထုံဆေးပေးထားပြီး နှလုံးခွဲစိတ် ကုသရန် ရင်ခေါင်း ဖွင့်၍ ခွဲနေသည်ကို ရပ်ကြည့်နေမိခဲ့သည်။

အသက် (၂၁) နှစ်အရွယ် လူငယ်တစ်ယောက်သည် သူ့အားရှေးရိုးခွဲစိတ်နည်းဖြင့် ရင်ခေါင်းရိုး ကို တူများ၊ ဆောက်များဖြင့် ရိုက်ဖြတ်နေသည်မှာ မည်သို့မျှ မဖြစ်သလို ငြိမ်သက်စွာ လဲလျောင်း လျက်ရှိပေသည်။ တစ်နာရီခန့်ကြာပြီးနောက် သူ၏နှလုံးကို ရပ်တန့်နိုင်ခဲ့ပြီး သူ၏သွေးလှည့်ပတ် မှုကို ပုံစံဟောင်း နှလုံးအဆုတ်စက်ဖြင့် နှလုံးခွဲစိတ်ဆရာဝန်က နှလုံးအတွင်းမြွေးကို ချုပ်ပြီးသည်အထိ အခြေအနေကို ကောင်းမွန်စွာ ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ခဲ့သည်။ နှလုံးခွဲစိတ်ဆရာဝန်သည် လူနာ၏နှလုံး သူ၏လက်ထဲတွင်ရှိနေစဉ်မှာပင် မေ့ဆေးဆရာဝန်ကို တီးတိုးပြောနေသည်ကိုလည်း တွေ့ရသည်။ ရှိနေသော ကိရိယာများနှင့်ပင် ခွဲစိတ်ကုသမှုကို ပြုလုပ်ခဲ့ပြီး ခွဲစိတ်ကုသမှုသည် လုံးဝအောင်မြင်ခဲ့သည်။

တရုတ်ပြည်သို့မရောက်ခင်က ကျွန်တော်သည် အပ်စိုက်ပညာ၏ ဆေးပညာရပ်တွင် အရေးပါ ခြင်းများကို သံသယရှိနေခဲ့သည်။ ပီကင်း၊ နန်ကင်းနှင့် ရှန်ဟိုင်းတို့တွင် တရုတ်ဆေးပညာအဖွဲ့၏ ဧည့်သည်အဖြစ် ကျွန်တော် လေ့လာခဲ့သမျှတွင် အပ်စိုက်ထုံဆေးပေးပြီး ရင်ခေါင်းဖွင့်၍ နှလုံးခွဲစိတ် ကုသခြင်းသည် ယခုအကြိမ်နှင့်ဆိုလျှင် (၆) ကြိမ်မြောက် တွေ့ရခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်



အံ့ဩဖွယ်ရာ အပ်စိုက်ပညာ ခန့်.ညား

ရှင်များအကြား နားလည်မှုနှင့် ညှိနှိုင်းလေ့လာမှုများ နည်းသေးသောကြောင့် ဖြစ်သည်။ သူတို့သည် တတ်ကျွမ်းမှုများကို ဖွင့်လှစ် ဖော်ပြ၍ ကုထုံးနှင့် အသုံးပြုခြင်း၏အကျိုး၊ ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်စရာများမှ ရှောင်ရန် စသည်တို့ကို ပို၍ခေတ်မှီလာအောင် ဆွေးနွေးညှိနှိုင်းကြရန် လိုအပ်ပေသည်။ တစ်စုံတစ်ခု အတိုင်းအတာထိသာ အရေးပါသည်ဟု ထင်ခဲ့ကြသော ထိုအပ်စိုက်ပညာသည် ယခုအခါ တွင်တွင် ကျယ်စွာ စမ်းသပ်အသုံးပြုလာကြပြီ ဖြစ်ပေသည်။

လေ့လာသုသေသနပြုသူများက အပ်စိုက်ပညာကို နားလည်လွယ်နိုင်ပါသည်ဟု ဆိုသည်။ သေချာစွာလေ့လာကြည့်လျှင် ထုံဆေးပေးထားသော်လည်း အပ်ဖြင့်အထိုးခံ ရသောလူနာမှာ ထိုအပ်ကို ခွဲစိတ် ဆရာဝန်ကိုင်သောဓားကို ကြောက်လန့်သော ခံစားမှုမျိုးလောက်မျှ ခံစားရသည်ဟုဆို သည်။ သို့သော်လည်း ကျွမ်းကျင်သူများအဖို့ ထိုအချက်ကို ပါးနပ်လိမ္မာစွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ပေသည်။

တွေ့မြင်ခဲ့ရသော ဆေးရုံများ၊ ဆေးခန်းများ၊ ဆေးဝါးစက်ရုံများနှင့် အခြားကျန်းမာရေး လုပ် ဆောင်ချက်များမှာ အထူးလေးစားလောက် ပေသည်။ ရိုးသားသော မျိုးဆက်တစ်ခုအတွင်း တရုတ်ပြည်သည် အာဟာရပြည့်စုံအောင် စွမ်း ဆောင်မှု ဆေးပညာကုသမှုများတွင် ကမ္ဘာနှင့် ယှဉ်လျှင် များစွာအကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိ ကြောင်း တွေ့ရသည်။

ဤသည်တို့မှာ ကျွန်တော့်အတွက် တရုတ် ဆေးပညာသည် များစွာအံ့ဩစေခဲ့သည်။ ဆရာ ဝန်က လူနာများအပေါ် ထားရှိသည့်မေတ္တာ၊ စေတနာ၊ သူတို့၏ ဖော်ရွေမှုနှင့် ပညာဗဟုသုတ များကို အခြားနိုင်ငံများနှင့် ဖလှယ်၍ တိုးတက် အောင် ကြံဆောင်ကြပုံများမှာ လေးစားစရာ ကောင်းလှသည်။ သို့သော် ကျွန်တော်လေ့လာခဲ့ သော အပ်စိုက်ပညာမှာ စိတ်ဝင်စားမှု နည်းနေကြ သေးသည်။

ထိုသို့ဖြစ်ရသည်မှာ ကျွန်တော်တို့ အမေ ရိကားရှိ ကျွမ်းကျင်သော သမားတော်ကြီးများ နှင့် ကျွန်တော်တွေ့ဆုံခဲ့သော တရုတ်ဆေးပညာ

ဆောင်ရွက်နိုင်သော နည်းလမ်းကောင်းများလည်း ရှိပေသည်။ ရှန်ဟိုင်းရှိ ကျွန်တော်လေ့လာခဲ့သော ခွဲစိတ်မှုမျိုးတွင် အလားတူ လူနာသက်သာစေရန် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်ကို တွေ့ရသည်။ ကိုလိုနီ လက်အောက်ခံဘဝမှ ကြွင်းကျန်ခဲ့သော ဆေးရုံတစ်ရုံဖြစ်သည့် တတိယ မြို့နယ်ဆေးရုံ၏ ခွဲစိတ်ခန်းအတွင်း ကျွန်တော် ဝင်သွားသောအခါ ထိုလူငယ်ကလေးသည် ငြိမ်သက်စွာ လဲလျောင်းနေပေသည်။ သူသည် နိုးနေသော်လည်း ရီဝေငြိမ်သက်နေသောကြောင့် ကျွန်တော်က မည်သည့်ဆေးများ ပေးထားသည်ကို မေးကြည့်သည်။ မေ့ဆေးဆရာဝန်က စိတ်ငြိမ်သက်ပြီး အိပ်စေသော ဖီနိုဘာဘီတုန်းနှင့် အနာသက်သာစေသော မော်ဖင်း (၁၀) မီလီဂရမ် ပေးထားကြောင်း သိရသည်။ သူတို့ပေးသော ဆေးပမာဏမှာ လူနာတစ်ယောက်အား လုံးဝ မနာကျင်ခြင်း မဟုတ်သော်လည်း လူနာအား အကြောအချဉ်များ၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများ လျော့ပါးစေပြီး ရီဝေလျက်၊ ခွဲစိတ်ခံနိုင်သည့် အခြေအနေသို့ ရောက်ရှိနေပြီဖြစ်သည်။

ထိုအခါတွင်တော့ အပ်စိုက်ပညာရှင်သည် အရှည် အမျိုးမျိုးသောအပ်များမှ အရွယ်အမျိုးမျိုးကို ရွေးချယ်၍ စတင်ထိုးသွင်းပေးတော့သည်။ အပ်များကို လက်ချောင်းလေးများဖြင့် အပ်များ၏ အရှည် (၁) လက်မခန့်အား မြဲမြံစွာ ကိုင်တွယ်ပြီးလျှင်လျှင် လျင်မြန်စွာ ထိုးသွင်းလိုက်သည်။ အပ် လေးချောင်းကို ဝဲဘက်နား လက်မောင်းအောက်ဘက်တွင် တစ်ခုစီ လက်မနှင့် လက်ညှိုးကြား လက်နှစ်ဖက်လုံးတွင် တစ်ခုစီ ထိုးသွင်းထားသည်။ အပ်များ နေသားတကျရှိသောအခါ သူသည် လျှပ်စစ်ဝါယာများနှင့် အပ်အသီးသီးကို ဆက်သွယ်ပြီး လျှပ်စစ်နှိုးဆော်စက်ကို ဖွင့်လိုက်သည်။ ထိုစက်သည် တစ်မိနစ်လျှင် (၁၂၀) ကြိမ်ကျသည်။ အပ်အသီးသီးသို့ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားကို ပို့လွှတ်ပေးသည်။ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားစီးမှုကို လူနာလက်ရှိ ကြွက်သားများ တုန်ပြန်မှုကို ကြည့်၍ အလွယ်တကူ မြင်နိုင်ပေသည်။

ယခင်က အပ်စိုက်၍ ထုံဆေးပေးရာတွင် အပ်ကို လျှပ်စစ်ဓာတ်အားရရှိစေရန် အရင်ပြုလုပ်ပြီးမှ ထိုးသွင်းလေ့ရှိသည်။ အပ်စိုက်ခြင်းများအားလုံးကို လက်နှင့်ပင် ပြုလုပ်ပေသည်။ အရေပြားအောက်ရှိ တစ်ရှူးများကို အပ်ဖြင့်

လှည့်သွင်းခြင်း၊ အထက်အောက် လှုပ်ရှားခြင်းများဖြင့် အာရုံကြောနှင့် ကြွက်သားများကို နှိုးဆော်ပေးလေသည်။ မည်သို့ပြုလုပ်သည်ဖြစ်စေ လူနာအတွက် တူညီသောရလဒ်ကို ရရှိစေသည်သာဖြစ်ပြီး များစွာ ကွာခြားမှု မရှိပေ။ ခွဲစိတ်ကုသမှုတစ်ခုတွင် လက်မောင်း၏ အထက်ဘက်တွင် အပ်ထိုးစိုက်ခဲ့သော်လည်း အလားတူ ထုံဆေးပေးရာတွင် အခြားဆေးရုံတစ်ခု၌မူ လက်မောင်း၏အောက်ဘက်သို့ ထိုးသွင်းခဲ့သည်။ အခြားတစ်နေရာတွင် နားထဲသို့ ထိုးသွင်းခဲ့သည်ကို တွေ့ခဲ့ရလေသည်။

ခွဲစိတ်ဆရာဝန်သည် ပိုမိုစိတ်ချရစေရန် မခွဲမီ ရင်ခေါင်းအရေပြား တစ်ရှူးအတွင်းသို့ ထုံဆေးထိုးပေးလိုက်သည်။ သူတို့၏ ပြောပြချက်အရ တစ်ခါတစ်ရံ ခွဲစိတ်နေစဉ်တွင်လည်း ထပ်မံ၍ ထုံဆေးထိုးပေးရတတ်ကြောင်း သိရသည်။ သို့မဟုတ်ဘဲ လူနာကို ပထမဆုံး ခွဲစိတ်လိုက်လျှင် နာတတ်လေသည်။ ကျွန်တော်အနေဖြင့်မူ ဤသို့သော ခွဲစိတ်မှုများတွင် ထုံဆေးထိုးခြင်းကို ထူးခြားစွာ မြင်ရခြင်းဖြစ်သည်။ အကယ်၍ ခွဲစိတ်မှုတိုင်းတွင် ဤသို့ပြုလုပ်နေလျှင် အပ်စိုက်ထုံဆေးပေးခြင်းမှာ များစွာ ထူးခြားမှုရှိသည်မဟုတ်သည့်အပြင် ယခင်နှစ်ပေါင်းများစွာက ထုံဆေးတစ်မျိုးတည်းသာ သုံး၍ ခွဲစိတ်ခြင်းမျိုးနှင့် တူနေမည်ဖြစ်သည်။

ခွဲစိတ်မှု စတင်လိုက်သည်နှင့် ကျွန်တော်သည် လူနာ၏မျက်နှာကို အသေအချာကြည့်လိုက်သည်။ အနည်းငယ်မျှ လှုပ်ရှားမှုမရှိပေ။ သူ့အား တစ်ပင်တစ်ပင် ခုတ်လှဲရန်အတွက် တူနှင့်ဓားကို အသုံးပြုမည့်အားမျိုးနှင့် ရင်ခေါင်းရိုးအား တူနှင့် ဆောက်ကိုသုံး၍ ဖြတ်မည်ဆိုလျှင်ပင် သိမည်မဟုတ်ပေ။ ထို့နောက်တွင် ခွဲစိတ်ဆရာဝန်သည် ကြိုးကဲ့သို့ ပျော့ပျောင်းသော ဂစ်လီလွဖြင့် ရင်ခေါင်းရိုးကိုဖြတ်ပြီး နံရိုးဆွဲဆန့်သောကိရိယာအဖြစ် လူနာ၏ရင်ခေါင်းကို ကျယ်ပြန့်စွာ ဖွင့်ထားလိုက်သည်။ ထိုမှစ၍ ပုံမှန်နှလုံးခွဲစိတ်မှုကို ပြုလုပ်ကြပြီး ခွဲစိတ်မှုပြုနေသော (၃)နာရီအတွင်း လူနာသည် နိုးနေပြီး သူ၏နှလုံးအား ရပ်ထားသည့်တိုင် မေ့ဆေးဆရာဝန်နှင့် တစ်ခါတစ်ရံစကားများပင် ပြောနေသေးသည်။

ဤကဲ့သို့သော ခွဲစိတ်မှုမျိုးတွင် စတင်ခွဲစိတ်ချိန်မှ လွဲ၍ ကျန်သော အချိန်များတွင် မနာကျင်စေရန် ထုံဆေး အနည်းငယ်သာ လိုပေသည်။ နောက်ပိုင်းအဆင့်များမှာ နာကျင်မှု သိပ်မရှိလှပေ။ အနည်းငယ်ထပ်မံ၍ နာကျင်စေနိုင်သည်မှာ ပေါင်ရှိ သွေးကြောများအတွင်း နှလုံး၊ အဆုတ်စက်နှင့် ဆက်ရန် ပိုက်များထိုးသွင်းခြင်းနှင့် နောက်ဆုံးခွဲစိတ်မှုကို ပြန်ပိတ်သည့်အခါများတွင်သာ ဖြစ်တတ်သည်။

အခြားတစ်ခုမှာ လူနာသည် မှတ်ဆိတ်ရိတ်ဓားဖြင့် လျင်မြန်စွာ ဖြတ်လိုသလို ဆက်နွယ်ခံစားရခြင်းဖြစ်သည်။ သို့သော်လည်း ဤသည်မှာ ကြီးမားသော ခွဲစိတ်မှုများတွင်သာ တွေ့ရသည်။ အပ်စိုက်ခွဲစိတ်ခြင်း၏ ထူးခြားချက်မှာ ထိုအချက်များ မဖြစ်စေခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်လေ့လာခဲ့သော ခွဲစိတ်မှုများမှာ သက်သေများပင်ဖြစ်သည်။ လူနာတစ်ဦးသာ အနည်းငယ်တွန့်သွားသည်ကို တွေ့ခဲ့ရသည်။ ဤသည်မှာလည်း ခွဲစိတ်ကုသမှုပြီးသည့်နောက်တွင် ယိုစီးပိုက်သွင်းရန် ဓားချက်ပေးလိုက်သည့်အခါတွင်သာ ဖြစ်ပေသည်။

မှတ်သားစရာမှာ ထိုသို့အပ်စိုက် ထုံဆေးပေး ခွဲစိတ်မှုပြုသော လူနာတိုင်းသည် သူတို့၏ဆန္ဒအရသာ ခွဲစိတ်မှုပြုခြင်းဖြစ်သည်။ ကျွန်တော့် တရုတ်မိတ်ဆွေများ ပြောပြချက်အရ များသောအားဖြင့် လူနာများမှာ ထိုသို့

အပ်စိုက်၍ ခွဲစိတ်မှုမျိုး မခံယူလိုကြပေ။ ဆန္ဒပြုသူများမှာ ဆေးရုံ တစ်ရုံတွင် (၇%) ထက်နည်းပြီး အခြားဆေးရုံတစ်ခုတွင် (၃၀ %) သာရှိပေသည်။ ထိုခွဲစိတ်မှုများတွင် (၉၀%) အောင်မြင်ကြောင်း တွေ့ရသည်။ အားလုံးသော ဆန္ဒပြုသည့်လူနာများမှာ စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကောင်းမွန်သူများဖြစ်ကြသည်။ သူတို့သည် ခွဲစိတ်နေစဉ်အတွင်း မည်သို့ဖြစ်သည်ကို သိလိုသည့်အပြင် အတူ တကွ စိတ်ထက်သန်စွာ ကူညီဆောင်ရွက်ပေးကြသည်။

သုသေတိတစ်ဦးအနေဖြင့် ကျွန်တော့်မှာ ထုံဆေးအချို့ကို လူနာအနည်းငယ်တွင်သာ လေ့လာမှုပြုရသေးပြီး များစွာလေ့လာ ရန် ကျန်ပေးသေးသည်။ ကျွန်တော်သည် အပ်စိုက်ထုံဆေးပေး ခွဲစိတ်မှုများကို ဆေးရုံတစ်ရုံမှတစ်ရုံ ပြောင်း၍ ကျယ်ပြန့်စွာ လေ့လာခဲ့သော်လည်း ရွေးချယ်အသုံးပြုသော အပ်ချွန်ကလေး များနှင့် လူနာ၏အာရုံကြော ဆက်စပ်ပုံကို နားမလည်လှသေး ပေ။ ယခုထက်တိုင်လည်း လူတို့၏ အာရုံကြောစနစ်တွင် နာကျင် ပြောင်းလဲခြင်းကို အပ်စိုက်ထုံဆေးပေးခြင်းဖြင့် လှုံ့ဆော်မှုပြုသည့် သုသေသနပြုမှုများ ကောင်းစွာ မရှိသေးပေ။ ဖြစ်နိုင်ချေများကို သာ ဖော်ပြခဲ့ကြပြီး ကောက်ချက်ချရန် အဖြေအတွက်မူ လိုနေ ပေးသေးသည်။

ကျွန်တော့်အတွက် အခြားသော ခံစားမှုရလဒ်တစ်ခုမှာ ထိုသို့သော ခွဲစိတ်မှုများတွင် အပ်စိုက်ထုံဆေးပေးခွဲစိတ်မှုကဲ့သို့ သာမာန်ထုံဆေးပေး ခွဲစိတ်ကုသ၍ မရနိုင်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ရိုးရိုးထုံဆေးပေး ခွဲစိတ်လျှင် လူနာအနေဖြင့် ခံစားမှုရှိနေတတ် သည်ကို တွေ့ရသည်။ တစ်ခုရှိသည်မှာ လူနာများမှာ မိမိတို့ဆန္ဒ အလျောက် ခွဲစိတ်ခံကြသည်ဖြစ်သောကြောင့် ကြောက်စိတ် နည်းပါးသဖြင့်လည်း ဖြစ်နိုင်ပေသည်။ ဤသည်တို့မှာ လေ့ လာရန် များစွာကျန်ပေးသေးသည်။

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ အပ်စိုက်ကုသခြင်းသည် တရုတ်ပြည် တွင် နှစ်ပေါင်းများစွာ ကြာခဲ့ပြီး များစွာသော လူနာများမှာ ဝေဒနာများ ပျောက်ကင်းခဲ့ကြလေသည်။ ဥက္ကဋ္ဌကြီး၏ ရိုးရာ ဆေးနှင့် အနောက်တိုင်းဆေး ပေါင်းစည်းမှု စီမံချက်များကြောင့် လည်း နောက်ပိုင်းနှစ်များအတွင်း များစွာတိုးတက်ခဲ့လေသည်။ ကျွန်တော်ထင်သည်မှာ ခန္ဓာဗေဒအရ ဇီဝကမ္မ တုံ့ပြန်ခြင်းဖြင့် အမှန်တကယ် ပျောက်ကင်းသည်ဟု ထင်ပေသည်။ စိတ်ကြောင့် လည်း ပါသင့်သလောက် ပါနိုင်ပေသည်။ အမှန်တကယ် ကောက်ချက်ချရန်အတွက် များစွာ လေ့လာရဦးမည်ဖြစ်သည်။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ အပ်စိုက်ပညာသည် ကမ္ဘာဆေးပညာနယ်ပယ် တွင် ထူးခြားသောပညာရပ်တစ်ခုဖြစ်သည်မှာ အငြင်းပွားစရာ ရှိမည်မဟုတ်ပါပေ။

1973, Oct, လ Reader's Digest မှ Michael E. DeBakey, M.D with Don.A. Schanche ၏ A critical look at Acupuncture ကို ပြန်ဆိုဖော်ပြပါသည်။

ခန့်ညား



အင်္ဂါမစုံလို့

- ဆရာဝန်။ ဟာ ကိုကျော်ထူးနဲ့ ဒေါ်မိုးတို့ လင် မယားပါလား။ မျက်နှာလည်း မကောင်း ကြဘူး ဘာဖြစ်ကြတာလဲ။
- ကိုကျော်ထူး။ ကျွန်တော် ကလေးလိုချင်နေတာ ဆရာ သိပါတယ်။ ခု ကျွန်တော့်မိန်းမ သား လေး မွေးတယ် ဒါပေမယ့် အင်္ဂါမစုံဘဲ မွေးလာလို့။
- ဆရာဝန်။ အင်္ဂါမစုံဘဲ မွေးလာတယ်ဆိုတော့ ဘာ မပါလာလို့လဲ၊ နားရွက်လား၊ လက်လား၊ ခြေထောက်လား။
- ကိုကျော်ထူး။ ကျွန်တော့်သားမှာ 'သွား'တွေမပါတာ ဆရာ။ (မှတ်ချက်။ ။ငယ်သွားများသည် (၆)လမှစ ပေါက်ပါသည်။)

ဖိုးအောင်မြင့်(သွား/ဆေး)



ဟာသစာပျက်နာ



လျှာနဲ့သွား

အိမ်ထောင်ရှင် အမျိုးသားတစ်ဦး ညည်းတွားနေသည်။
 'လင်နဲ့မယား လျှာနဲ့သွားဆိုတာ တကယ်မှန်တယ်ကွ။
 တစ်ခုခု အခန့်မသင့်ဖြစ်လိုက်တိုင်း လျှာနဲ့အနှိုင်း ခံရတဲ့ ငါတို့
 ယောက်ျားတွေ ခံရတာချည်းပဲ'

(W.L.) စေလွှင့်ဦး 4th B.D.S



တော်လိုက်တာ

ဆရာ။ သွားတစ်ချောင်း ကျိုးတယ် ဆိုပါစို့။ ပြန်စိုက်
 နည်း နှစ်မျိုးရှိတယ်။ တစ်မျိုးက အံကပ်။ နောက်
 တစ်မျိုးက အသေစိုက်တာ။ အံကပ်က တစ်
 ချောင်းကျိုးရင် တစ်ချောင်းစာပဲ ပြန်စိုက်ရတယ်။
 အဲ...အသေစိုက်တာကတော့ အဲလိုမဟုတ်ဘူး။
 တစ်ချောင်းကျိုးရင် သုံးချောင်းစာ စိုက်ရတယ်။
 ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ သူ့ရဲ့ ရှေ့နဲ့ နောက်က
 သွားတစ်ချောင်းစီကို ခြေကုပ်ယူရလို့ပဲ ဖြစ်တယ်။
 (ထိုအချိန်တွင် ကျောင်းသားတစ်ဦး အိပ်စိုက်
 နေရာ)

ဟေ့...ဘမောင်၊ အသေစိုက်တဲ့အခါ ဘာကြောင့်
 သွားတစ်ချောင်းကျိုးရင် သုံးချောင်း စိုက်ရတာလဲ။

ဘမောင်။ ဟို ဟို ပိုက်ဆံပိုရအောင်လို့ပါ။

ဆရာ။ ဒါဆိုရင်တော့ မင်း နောက် (၆) ပတ် စာပြန်
 သင်လိုက်ဦးကွာ ။

(W.L.O)



သူ့ဆင်ခြေနဲ့သူ

သွား/ဆေးတက္ကသိုလ်တွင် ပထမနှစ်တက်နေသော
 သွားကျောင်းသူအား အဖေဖြစ်သူက-

အဖေ။ ငါ့သမီးလည်း သွားကျောင်းစတက်ကတည်းက
 အိပ်လိုက်၊ စားလိုက်နဲ့ တဖြည်းဖြည်း ဝလာပါ
 လားကွ။ စာကျက်တာကို မတွေ့ရဘူး။

သမီး။ ကျောင်းကဆရာတွေက 'မိန်းကလေးတွေ လူနာ
 ရဲ့ သွားကို နုတ်နိုင်ဖို့ အခုကတည်းက အားမွေး
 ထားလို့' ပြောလို့ပါ အဖေရဲ့။

ပွတ်သွပ်(သွား/ဆေး)

ဒေါက်ဖိနပ် စီးချင်လို့

ပထမဆေးကျောင်းသူ။ ကျောင်းအဝင် လမ်းမကြီးကို ချော
 မွေ့သွားအောင် ကတ္တရာဖြစ်ဖြစ်
 ကွန်ကရစ်ဖြစ်ဖြစ် ခင်းလိုက်ရင်
 ကောင်းမယ်။

ဒုတိယဆေးကျောင်းသူ။ အသစ်ပြီးစီးတော့မယ့် ကျောင်း
 ဆောင်ကြီးနဲ့ လိုက်ဖက်အောင်
 လို့လား။

ပထမဆေးကျောင်းသူ။ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဒေါက်ဖိနပ် စီးချင်
 လို့ပါ။

ဟန်မင်းဖြူ

သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးအတွက် သွားပွတ်တံနှင့် သွားတိုက်ဆေး အသုံးပြုခြင်းကို ယခုအခါ လူတိုင်းလိုလို သိရှိနားလည်လာသကဲ့သို့ လက်တွေ့တွင်လည်း အသုံးပြုလျက် ရှိနေကြသည်။ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်(ရန်ကုန်) သွားကျန်းမာရေးပညာဌာန ကာကွယ်ရေးနှင့် လူထု သွားကျန်းမာရေးပညာဌာနခွဲ၏ သင်ရိုးညွှန်းတမ်းနှင့်အညီ ဆောင်ရွက်ခဲ့သော လက်တွေ့ကွင်းဆင်း စစ်တမ်းများအရ မြန်မာနိုင်ငံတွင် သွားပွတ်တံနှင့် သွားတိုက်ဆေးကို အသုံးပြုကြသူများမှာ ပျမ်းမျှ ၈၉.၇ ရာခိုင်နှုန်းရှိကြောင်း တွေ့ရသည်။

သွားတိုက်ဆေးသုံးရာတွင် ဖလိုရိုဒ် (Fluoride) ပါဝင်သော သွားတိုက်ဆေးသည် သွားနှင့် ခံတွင်းရောဂါများ ကာကွယ်ရေးနှင့် သွားများကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေးအတွက် အထူးအရေးပါကြောင်း



သိရှိလာကြသည့်အလျောက် ဖလိုရိုဒ်ပါဝင်သော သွားတိုက်ဆေးများကိုသာ ကျယ်ပြန့်စွာ ဝယ်ယူ အသုံးပြုလျက် ရှိကြသည်။ သို့သော် သွား ပွတ်တံကိုမူ မည်သို့သော သွားပွတ်တံသည် သွားနှင့် ခံတွင်းကျန်းမာရေးအတွက် သင့်လျော်ကြောင်း၊ အကောင်းဆုံးဖြစ်ကြောင်း သိရှိလိုကြသည်။ ယနေ့ ဈေးကွက်အတွင်း သွားပွတ်တံများကို ကုမ္ပဏီအမျိုးမျိုးတို့မှ တံဆိပ်၊ အရောင်၊ အရွယ်၊ ပုံစံ၊ ဈေးနှုန်းအမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ဖြန့်ချိ ရောင်းချလျက်ရှိကြောင်း တွေ့ရသည်။ သွားနှင့် ခံတွင်း ကျန်းမာရေးအတွက် သင့်လျော်သော သွားပွတ်တံဟူသည် နူးညံ့ပျော့ပြောင်းသော အမျှင်ကလေးများ ပါရှိ၍ သွားပွတ်တံခေါင်း သည် သွားများ၏ မျက်နှာပြင်အားလုံးကို နှံ့စပ် ထိရောက်အောင် သန့်စင်နိုင်ပြီး မြဲမြံစွာ ဆုပ်ကိုင် နိုင်သော လက်ကိုင်ပါရှိသည့် သွားပွတ်တံဟု ဆိုရပါမည်။ မိမိနှင့် အဆင်ပြေ သင့်လျော်ရာ၊ နှစ်သက်ရာတံဆိပ်၊ အရောင်၊ အရွယ်၊ ပုံစံ၊ ဈေးနှုန်းစသည်ဖြင့် ဝယ်ယူ သုံးစွဲနိုင်ပေသည်။ မည်သည့် သွားပွတ်တံသည် အကောင်းဆုံး အသင့်လျော်ဆုံးဟု ပြောဆိုရန်မှာမူ လွန်စွာ ခက်ခဲလေသည်။

သွားပွတ်တံကိုင်တွယ်အသုံးပြုခြင်း

ဒေါက်တာဌေးမြင့်ဦး

ကာကွယ်ရေးနှင့်လူထုသွားကျန်းမာရေးပညာ

သွားနှင့် ခံတွင်းကျန်းမာရေးအတွက် သွားပွတ်တံနှင့် သွားတိုက်ဆေး အသုံးပြုရုံသာမက သွားတိုက်သည့်နည်းစနစ်၊ သွားတိုက်သည့်အချိန်နှင့် အကြိမ်အရေအတွက်တို့အပါအဝင် စနစ်မှန် သွားတိုက်နည်းကို အသုံးပြုသင့်ပါသည်။ အဆိုပါ စနစ်မှန်သွားတိုက်နည်းဟုဆိုရာတွင် သွားတိုက်ခြင်း တွင်သာ စနစ်မှန်နေရုံနှင့် မပြီးသေးဘဲ သွားပွတ်တံကို နည်းစနစ်မှန်ကန်စွာ ကိုင်တွယ်အသုံးပြုပါမှ ပိုမိုအဓိပ္ပာယ် ပြည့်စုံပေမည်။

ယနေ့အချိန်အခါတွင် နိုင်ငံအချို့ရှိ ရောဂါကာကွယ်တားဆီးရေးဌာနများအနေဖြင့် သွားပွတ်တံ အသုံးပြုမှုနှင့် ဆက်နွှယ်နေသော ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာပြဿနာများကို စတင်၍ သတိမူမိလာကြသည်။ သို့သော်လည်း လက်ရှိအခြေအနေတွင်မူ စနစ်တကျ မသန့်စင်ထားသော သွားပွတ်တံဖြင့် သွားတိုက် ခြင်းကြောင့် သွားတိုက်သူ၏ ခံတွင်း၌လည်ကောင်း၊ ခန္ဓာကိုယ် အခြားအစိတ်အပိုင်း၌လည်းကောင်း ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိကြောင်း မှတ်တမ်းအထောက်အထား မတွေ့ရ သေးပေ။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်းသည် ကုသခြင်းထက် ပိုမိုကောင်းမွန်သည် ဟူသော ဆိုရိုးစကားအတိုင်း ရောဂါမဖြစ်မီက ကြိုတင်ဂရုပြုကာကွယ်ထားသင့်ပေးသည်။

လူတို့၏ ခံတွင်းသည် သန်းပေါင်းများစွာသော ရောဂါပိုးမွှားတို့၏ ကျက်စားရာ နေအိမ်သဖွယ်

ဖြစ်သည်။ သွားပိုးစားရောဂါနှင့် သွားဖုံးရောဂါတို့ကို ဖြစ်စေနိုင်သော သွားတွင် တွယ်ကပ်နေသည့် သွားချေးလွှာနှင့် အစားအကြွင်းအကျန်များကို ဖယ်ရှားရာတွင် သွားပွတ်တံသည် အဆိုပါ ပိုးမွှားများ အစာများအပြင် သွေး၊ တံတွေး၊ သွားတိုက်ဆေးများနှင့်လည်း ထိတွေ့ကပ်ငြိမှုကြောင့် သွားတိုက်ပြီးသည့်အခါ သွားပွတ်တံကို အရှိန်ဖြင့် စီးဆင်းသောရေ (Tap Water) ဖြင့် သန့်စင်အောင် ဆေးကြောသင့်ပါသည်။

အချို့သော သုတေသနပြုချက်များအရ သွားပွတ်တံသည် အပြင်အားဖြင့် သန့်စင်နေသည်ဟု ထင်ရသော်လည်း ရောဂါဖြစ်စေသည့် ပိုးမွှားအချို့ ကျန်ရှိနေသေးကြောင်း တွေ့ရသည်။ ယင်းသို့ တွေ့ရှိချက်များကြောင့် သွားပွတ်တံအသုံးပြုပြီးသည့်အခါ သန့်စင်စေသည့်နည်းများ၊ ပိုးမွှားကင်းစင်စေသည့်နည်းများကို တိုးတက်ရှာဖွေသင့်ကြောင်း ထင်ရှားလာပါသည်။ အထူးသဖြင့် အချို့သော သွေးရောဂါရှိသူများ၊ ခုခံအားကျဆင်းနေသူများတွင် သွားတိုက်ရာမှတစ်ဆင့် အချို့သော ကူးစက်ရောဂါများ ကူးစက်မှု ရှိနိုင်သောကြောင့် အထူးပင် သတိထားဂရုပြုသင့်ပါသည်။



သွားပွတ်တံ အသုံးပြုရာတွင် သတိပြုရမည့် အချက်များ

- (၁) သွားပွတ်တံကို အခြားသူများနှင့် ပူးတွဲ၍ မသုံးရပါ။ ကိုယ်ပိုင်သွားပွတ်တံ ထားရှိရမည်။ ရောဂါများ ကူးစက်နိုင်သောကြောင့် ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် ကူးစက် ရောဂါရှိသူများ၊ ခုခံအား ကျဆင်းမှုရောဂါရှိသူများမှာ ကိုယ်ပိုင် သွားပွတ်တံကို သီးခြားထားရှိရမည်။
- (၂) သွားတိုက်ပြီးနောက် သွားပွတ်တံကို အရှိန်ဖြင့် စီးဆင်းသောရေ (Tap Water) ဖြင့် သေချာစွာ သန့်စင်ဆေးကြောရမည်။ သို့မှသာ သွားပွတ်တံတွင် ကပ်ငြိနေသောပိုးမွှားများ၊ အစာအကြွင်းအကျန်များ ကင်းစင်မည်။
- (၃) သွားပွတ်တံကို ခြောက်သွေ့စေရန် လေဖြင့် အခြောက်ခံပါ။ (သို့) လေသလုပ်ခံပါ။
- (၄) သိမ်းဆည်းရာတွင် သွားပွတ်တံခေါင်းကို အပေါ်ထောင်လျက် အနေအထားတွင် ထားပါ။

- (၅) သွားပွတ်တံများကို စုပေါင်း၍ ခွက်(သို့)ခြင်း တစ်ခုထဲတွင် စုဝေးထားခြင်းအား ရှောင်ကြဉ်ပါ။ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု မထိနေစေရပါ။
- (၆) သွားပွတ်တံကို ပိုးမွှားသန့်စင်ဆေးရည် (သို့) ခံတွင်း သန့်ဆေးရည်ထဲတွင် စိမ်ထားရန် မလိုပါ။
- (၇) သွားပွတ်တံကို ပန်းကန်ဆေးစက်၊ မိုက်ခရိုဝေ့ အပူပေးကိရိယာ၊ ခရမ်းလွန်ရောင်ခြည်သုံး ပိုးသန့်ကိရိယာအစ ရှိသည်တို့အထဲတွင် ပိုးသန့်စင်ရန် မလိုပါ။ သွားပွတ်တံ ပျက်စီးနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။
- (၈) သွားပွတ်တံကို ဖုံးအုပ်ထားခြင်း၊ အလုံပိတ်ဘူးများအတွင်း ထည့်ထားခြင်း မပြုရပါ။ စိုထိုင်းနေသော သွားပွတ်တံသည် ဘက်တီးရီးယား ပိုးမွှားများကို ပိုမိုပေါက်ပွားစေနိုင်ပါသည်။
- (၉) သွားပွတ်တံတစ်ချောင်းတည်းကို အချိန်ကြာမြင့်စွာ သုံးစွဲမနေသင့်ပါ။ ကြာရှည်စွာ အသုံးပြုပါက သွားပွတ်တံ အမျှင်များ ဖွာလန်ခြင်း (သို့) တိုသွားခြင်းတို့ ဖြစ်နိုင်ပြီး သွားပွတ်တံ၏ ပွတ်တိုက်နိုင်မှု စွမ်းရည် လျော့နည်းလာသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

ကျောင်းတွင် သွားတိုက်ခြင်းအစီအစဉ်တွင် လိုက်နာသင့်သည့်အချက်များ

ယခုအခါ ကျောင်းအချို့တွင် နေ့လယ်စာ စားပြီးနောက် သွားတိုက်သည့် အစီအစဉ်များ ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း တွေ့ရသည်။ ထိုအစီအစဉ်ကို ကြီးကြပ်သူတာဝန်ခံဆရာ၊ ဆရာမများက သွားပွတ်တံများကို စနစ်တကျ အသုံးပြုတတ်စေရန် အမြဲမပြတ် ဂရုပြုစစ်ဆေးသင့်ပါသည်။

ကျောင်းသူကျောင်းသားတိုင်း ကိုယ်ပိုင်သွားပွတ်တံ ရှိရမည်။ ငှားရမ်းသုံးစွဲခြင်း၊ အတူတကွ ဝေမျှသုံးစွဲခြင်း၊ သုံးစွဲစေခြင်း လုံးဝ မပြုလုပ်ရပါ။ သွားပွတ်တံနှင့် ဆော့ကစားခြင်းလည်း မပြုရပါ။

သွားတိုက်ဆေးဘူးမှတစ်ဆင့် ရောဂါကူးစက်မှု မရှိစေရန်လည်း သွားတိုက်ဆေးကို သွားပွတ်တံပေါ် တိုက်ရိုက်တင်ပေးခြင်းအစား ဖယောင်းစက္ကူပေါ်တွင် ဦးစွာ တင်ပေးပြီးမှ ခွဲဝေပေးသင့်သည်။

သွားတိုက်ပြီးနောက် သွားပွတ်တံကို အရှိန်ဖြင့် စီးဆင်းသောရေ (Tap Water) ဖြင့် သေချာစွာ ဆေးကြောသန့်စင်ရမည်။ ထို့နောက် သွားပွတ်တံကို လေဖြင့်သာ အခြောက်ခံပါ။ (သို့) လေသလုပ်ခံထားပါ။ သွားပွတ်တံခေါင်းများကို အပေါ်ဘက်သို့ ထောင်ထားပေးပါ။

ကျောင်းတွင် သိမ်းဆည်းပါက သွားပွတ်တံများကို သိသာထင်ရှားစွာ မှတ်သားထားရမည်။ ထိကပ်လျက် စုစည်းပြီး ရောနှောမထားရပါ။

သွားတိုက်ပြီးနောက် ရေနံ ပလတ်ကျင်း ဆေးကြောသည့်အခါတွင်လည်း ကိုယ်ပိုင်ရေခွက် (သို့) တစ်ခါသုံးရေခွက်ကို ဖြစ်နိုင်လျှင် သုံးပါ။ ရေခွက်ကို မျှဝေသုံးစွဲခြင်း မပြုရပါ။

ဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း သွားပွတ်တံနှင့် သွားတိုက်ဆေးကို နေ့စဉ် အသုံးပြု၍ လူတိုင်းသွားတိုက်ရာတွင်ဖြစ်စေ၊ ကျောင်းတွင် သွားတိုက်ခြင်း အစီအစဉ်တွင်ဖြစ်စေ လိုက်နာဆောင်ရွက်ကြပါလျှင် သွားနှင့် ခံတွင်းရောဂါများ ကင်းဝေးမည်သာမက သွားတိုက်ခြင်းနှင့် ဆက်နွှယ်နေသော နောက်ဆက်တွဲ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ပြဿနာများ ကင်းစင်မည်မှာ မလွဲမကန်ဖြစ်ပေသည်။



ဒေါက်တာဌေးမြင့်ဦး

ကာကွယ်ရေးနှင့်လူထု သွားကျန်းမာရေးပညာဌာန



သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် ရန်ကုန်တွင် ကာကွယ်ရေးနှင့် လူမှုဆေးပညာဌာနသည် ၁၉၉၇ ခုနှစ်၌ စတင်ပေါ်ပေါက်ခဲ့ပါသည်။ ဌာန၏ ဖွဲ့စည်းပုံအရ ကထိက/ ဌာနမှူးတစ်ဦး၊ လက်ထောက်ကထိက တစ်ဦးသာ ရှိပါသည်။ ကာကွယ်ရေးနှင့် လူမှုဆေးပညာဘာသာရပ်ကို သင်ကြား ပေးရခြင်း၏ အဓိက ရည်ရွယ်ချက်မှာ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးကျောင်း သား/ကျောင်းသူများအနေဖြင့် ကျန်းမာခြင်း၏ အဓိပ္ပာယ်၊ ကူးစက်မြန် ရောဂါနှင့် ယင်းတို့ ဖြစ်ပွားပုံအဆင့်ဆင့် ကူးစက်ပုံနည်းလမ်းများနှင့် ကာ ကွယ်ပုံ အဆင့်ဆင့်၊ ဖွား/သေစာရင်း ကောက်ယူတွက်ချက်ပုံနှင့် မြန်မာ နိုင်ငံ၏ ကျန်းမာရေးစီမံချက်နှင့် ဖွဲ့စည်းပုံ၊ ရောဂါဘယကင်းဝေးရေးစသော လူမှုပတ်ဝန်းကျင် မည်ကဲ့သို့ ဖန်တီးရမည်ကို သိရှိစေရန် သင်ကြားပို့ချ ပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။

သင်ကြားရေးအနေနှင့် ယခင်က စတုတ္ထနှစ်မှသာ စတင်သင်ကြားခဲ့ သည်။ သင်ကြားရေးနှင့် ပတ်သက်၍လည်း Lecture နှင့် Tutorial ဟူ၍ သင်ကြားပေးပြီး နှုတ်ဖြေစနစ်သာ ရှိခဲ့ပါသည်။ နောက်ပိုင်း သင်ကြားရေး တိုးချဲ့ပြောင်းလဲမှုအရ စတုတ္ထနှစ် ဘီဒီအက်စ်သင်တန်း (၅/၂၀၀၂) မှ

စတင်၍ ရေးဖြေစာမေးပွဲစနစ်ကို စတင်ကျင့်သုံး လာခဲ့ပါသည်။ သင်ကြားရေးနှင့်ပတ်သက်၍ စတုတ္ထနှစ် သင်တန်းသားများအား Concept of Health, Determinants of Health and Disease, Natural history of Disease and levels of pre-vention, Epidemiology, Statistic, Health Ad- ministration in Myanmar စသည့် ပြည်သူ့ ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သည့် သင်ခန်းစာများ ကို အဓိကထား သင်ကြားပို့ချပေးခြင်းအားဖြင့် တိုင်းပြည်၏ လက်ရှိ ကျန်းမာရေးစနစ်နှင့် လိုက် လျောညီထွေဖြစ်စေပါသည်။

ပညာရေးမြှင့်တင်မှု အစီအစဉ်အရ (၂၀၀၃/ ၂၀၀၄) ပညာသင်နှစ်မှစ၍ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် သင်ရိုးညွှန်းတမ်းလိုအပ်ချက် အရ ပထမနှစ်ဘီဒီအက်စ်သင်တန်းတွင် Fam- ily Medicine ဘာသာရပ်အား ဤဌာနမှ နာရီ



သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ် (ရန်ကုန်) နှင့် ကာကွယ်လူမှုဆေးပညာ

(၄၀) တာဝန်ယူ၍ သင်ကြားပို့ချပါသည်။ သင်တန်းပို့ချချိန် (၂၅) နာရီနှင့် ကွင်းဆင်း လေ့လာချိန် (၁၅) နာရီ၊ စုစုပေါင်း (၄၀) နာရီ ဖြစ်ပါသည်။ ကွင်းဆင်းလေ့လာမည့် နေရာများ အဖြစ် (၁) မူလတန်းကြိုကျောင်း၊ လေးဒေါင့် ကန်လမ်း၊ သယံဇာတကျွန်းမြို့နယ်၊ (၂) မြို့နယ် ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန၊ သယံဇာတကျွန်းမြို့နယ်၊ (၃) နှင်းဆီကုန်း ဘိုးဘွားရိပ်သာတို့ကို ရွေး ချယ်သတ်မှတ်ခဲ့ပါသည်။ ကွင်းဆင်းလေ့လာမှု များအတွက် ဤတက္ကသိုလ်မှ ပါမောက္ခချုပ်၊ မော်ကွန်းထိန်းများနှင့် ပထမနှစ်သင်တန်း၏ သက်ဆိုင်ရာ ဌာနမှူးများနှင့် ညှိနှိုင်းတိုင်ပင် ၍ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။

သက်ကြီးရွယ်အို ဘိုးဘွားများအတွက် ကျန်းမာရေး၊ လူမှုရေး၊ စားဝတ်နေရေး စောင့်

ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများကို သိရှိရခြင်း၊ မြို့နယ်ကျန်းမာရေးဌာန၏ ပြည်သူ့ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်း၊ ဆေးကုသလုပ်ငန်းနှင့် ရောဂါ နှိမ်နင်းရေးလုပ်ငန်းများကို လက်တွေ့သိမြင်ခွင့်ရခြင်း၊ မူလတန်းကြို ကျောင်းတွင် တက်ရောက်နေသော ကလေးများတွင် ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိသော ကျန်းမာရေးနှင့် လူမှုရေးပြဿနာများ၊ ယင်းပြဿနာများအား မူကြိုကျောင်း မှ မည်သို့ဖြေရှင်းပေးသည်။ ပညာရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအတွက် မည်သို့ သင်ကြားပေးသည် စသည့် ဗဟုသုတများ၊ အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိစေခဲ့ ပါသည်။

ကာကွယ်/လူမှုဆေးပညာဌာနအတွက် ကွင်းဆင်းလေ့လာမှုများ အဆင် ပြေစေရန် ပထမနှစ်သင်တန်း၏ ဆရာ/ဆရာမများက စေတနာအပြည့်ဖြင့် လိုက်ပါကူညီမှုကို လည်းကောင်း၊ ဤတက္ကသိုလ်မှ သွားလာမှုအဆင်ပြေ ရေးအတွက် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးကြသော မော်ကွန်းထိန်းနှင့် လက်ထောက် မော်ကွန်းထိန်းတို့၏ စီစဉ်မှုကိုလည်းကောင်း ကာကွယ်ရေးနှင့် လူမှု ဆေးပညာဌာနမှ မှတ်တမ်းတင်ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ကာကွယ်လူမှုဆေးပညာဌာန

ကမ္ဘာပေါ်ရှိ သက်ရှိများအားလုံးသည် အပြန်အလှန် အကျိုးပြုကာ အညမညသဘောကို ဆောင်နေကြပါသည်။ လူ၊ တိရစ္ဆာန်နှင့် အပင်များသည် မိမိတို့ဘဝ အသက်ရှင်ပြီး လှပနိုင်ရေး အတွက် မိမိတို့၏ဘာသာ ဖန်တီးပြီး အသက်ရှင်နေထိုင်ကြပါသည်။ ထို့အပြင် မိမိဘဝ လှပအသက်ရှင် ရပ်တည်နိုင်ရေးအတွက် သူတစ်ပါးကို အားကိုးပြီး အသက်ရှင်လျက်ရှိကြသော သက်ရှိများလည်း ရှိကြပါသေးသည်။ ယင်းသက်ရှိတို့ကို သူတစ်ပါးအား မှီခိုပြီး အသက်ရှင်ရသူများ (Parasite)ဟု ခေါ်ပါသည်။ သတ္တလောကကြီးတွင် အသေးငယ်ဆုံးသော သာမန်မျက်စိဖြင့် မမြင်နိုင်သော သက်ရှိ သတ္တဝါ အမြောက်အများလည်း ရှိပါသေးသည်။ ၎င်းတို့မှာ အခြေခံအားဖြင့် ဘက်တီးရီးယား (Bacteria) ၊ ဗိုင်းရပ်စ် (Virus) နှင့် မှိုရောဂါများကို ဖြစ်စေသော ဖန်းဂပ်စ် (Fungus) တို့ ဖြစ်ကြပါ သည်။ ၎င်းတို့သည် လူ၊ တိရစ္ဆာန်နှင့် အပင်တို့ထဲသို့ ဝင်ရောက်ကြပြီး ရောဂါမျိုးစုံကို ဖြစ်ပေါ်စေ



ပဋိဇီဝဆေးဝါးများ အစွမ်းထက်မြက်အာနိသင်ရှိရေး ကိုကိုဏ္ဍေး(သွား / ဆေး)

တတ် ကြပါသည်။ အဆိုပါ ရောဂါပိုးများသည် ကျွန်ုပ်တို့၏ လေ၊ ရေ၊ မြေတို့တွင် အလို အလျောက် တည်ရှိနေထိုင်ကြပါသည်။ ထိုသို့ တည်ရှိနေနိုင်ရအောင်လည်း သဘာဝတရားကြီး ကပင် ဖန်တီး၍ နေရာချထားပေးပြန်ပါသည်။

ဘက်တီးရီးယားများကို အဓိကအားဖြင့် (၂)မျိုး (၂)စား ခွဲခြားထားပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ - ရောဂါမပေးဘဲ သာမန်အားဖြင့် တည်ရှိနေ ကြသော ဘက်တီးရီးယား (Commensal bac-
teria) နှင့် ရောဂါဖြစ်စေသော ဘက်တီးရီးယား (Pathogenic bacteria) တို့ ဖြစ်ကြပါသည်။

Commensal bacteria များသည် လူတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အရေပြား၊ အသက်ရှူလမ်း ကြောင်း၊ အစာအိမ်နှင့် အူလမ်းကြောင်း တစ် လျှောက်တွင် တည်ရှိနေကြပါသည်။ ၎င်းတို့ သည် လူကို ဘေးအန္တရာယ် မပေးကြချေ။ ထို့ အပြင် ၎င်းတို့သည် ပြင်ပမှ ဝင်ရောက်လာသော ရောဂါပိုးများ (Pathogens) ကို တိုက်ခိုက်ချေ မှုန်းပေးခြင်းအားဖြင့် လူ့ခန္ဓာကိုယ်အား ရောဂါ ဖြစ်ခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးပါသည်။

သို့သော်လည်း -

(၁) လူတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်ခုခံအား (Body resis-
tance) ကျဆင်းနေသောအချိန် (ဥပမာ - နှာဆေး၊ ချောင်းဆိုး၊ အအေးမိသောအခါ၊ တုပ်ကွေးဖြစ်သောအခါ) တွင် လည်း ကောင်း၊

- (၂) ခုခံအားကျဆင်းစေသော ရောဂါများ (ဥပမာ - ဆီးချိုရောဂါ၊ အေအိုင်ဒီအက်စ်ရောဂါ) ခံစားနေရသောအချိန်တွင် လည်းကောင်း၊
- (၃) ခုခံအားကျဆင်းစေသော ဆေးဝါးများ သောက်သုံးနေချိန် (ဥပမာ - ကော်တီကို စတီးရိုက် သုံးစွဲနေရသော ပန်းနာရင်ကြပ်ဝေဒနာသည်များ)၊ ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း အစားထိုးခွဲစိတ်ကုသ ခံထားသူများ (ဥပမာ - ကျောက်ကပ် အစားထိုး ခွဲစိတ်ကုသထားခြင်း)နှင့် ကင်ဆာရောဂါကု ဆေးများ သုံးစွဲနေချိန်တွင် လည်းကောင်း၊
- (၄) အလွန်ပြင်းသော ပဋိဇီဝဆေးဝါးများ ကြာရှည်စွာ သုံးစွဲနေရသောအခါများတွင် လည်းကောင်း၊ မူလက ရောဂါမဖြစ်စေသော ဘက်တီးရီးယားများသည် လူ၏ ခန္ဓာကိုယ်အား ရောဂါ

ဖြစ်လာစေပါသည်။ ထိုနည်းအားဖြင့် ရောဂါ ဖြစ်ပေါ်စေသော ဘက်တီးရီးယားများကို အခွင့် အရေးကြုံလာလျှင် ရောဂါဖြစ်စေသော ဘက်တီး ရီးယား (Opportunistic Bacteria) များဟု ခေါ် ပါသည်။

ရောဂါဖြစ်စေသော ဘက်တီးရီးယား (Pathogenic Bacteria) များသည် လူတို့၏ ခန္ဓာ ကိုယ်အား သီးသန့်ရောဂါများ ဖြစ်ပေါ်စေပါ သည်။ ဥပမာ - Mycobacterium tuberculosis သည် တိဘီရောဂါကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ခန္ဓာကိုယ် ကျန်းမာသန်စွမ်း ပြီး နိစ္စရူဝ လုပ်ရှားသွားလာနိုင်စေရန်အတွက်မှာ ခန္ဓာကိုယ်၏ ခုခံစွမ်းအားကို ဖန်တီးပေးနေသော အဖွဲ့အစည်းကြီး (Body host defense mecha nism) က တာဝန်ယူထားလေသည်။

ခန္ဓာကိုယ်၏ အပေါ်ဆုံးတွင် ဖုံးအုပ်ထား သော အရေပြား (skin) နှင့် အမြွေးပါး (mu- cous membranes) တို့၏ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖုံးအုပ် တည်ရှိနေခြင်းသည် ရောဂါပိုးများ ဝင်ရောက် ခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးလေသည်။ ခုခံအားပေး နေသော အဖွဲ့အစည်းကြီးသည် အကြောင်းအမျိုး မျိုးကြောင့် ချို့ယွင်း ပျက်စီးလာလျှင်သော်လည်း ကောင်း၊ အရေပြားနှင့် အမြွေးပါးတို့ ပွန်းပဲ့ စုတ်ပြဲသွားလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ ခန္ဓာကိုယ် အတွင်းသို့ ရောဂါပိုးများ ဝင်ရောက်လာကြပြီး ရောဂါများ ဖြစ်စေကြပါသည်။ ထိုသို့ ရောဂါပိုး များ ဝင်ရောက်ခြင်းဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာရသော ရောဂါ၏ အတိမ်အနက် (severity of infec- tion) သည် -

(၁) ခန္ဓာကိုယ်၏ ခုခံစွမ်းအားစနစ် (Body host defense mechanism)၊

(၂) ခန္ဓာကိုယ်တွင် လက်ရှိဖြစ်ပေါ်နေသော ရောဂါများ (ဥပမာ - ဆီးချိုရောဂါ၊ ကင်ဆာရောဂါ)၊

(၃) သုံးစွဲနေသော ဆေးများ (စတီးရိုက်နှင့် ကင်ဆာရောဂါကုဆေးများ) ပေါ်တွင် မူတည်နေပါသည်။

ရောဂါပိုးများ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း ဝင်ရောက် ပြီး ရောဂါများ၊ အနာများဖြစ်လာပါက အကျိုး အာနိသင်ရှိသော ပဋိဇီဝဆေးများ (Antibiot- ics) တိုက်ကျွေးခြင်း၊ ထိုးခြင်းဖြင့် ထိရောက် သော ကုသမှုကို ခံယူရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ရှေးယခင် ပဋိဇီဝဆေးများ (Antibiotics)

များ မပေါ်သေးမီက ရောဂါပိုးများ ဝင်ရောက်ခြင်း ခံရပြီး ရောဂါဖြစ်ပွား ပါက အသက်ဆုံးရှုံးမှုများနှင့် ကြုံတွေ့ရပါသည်။ (၁၉၂၈) ခုနှစ်မှစ၍ အလက်ဇန္ဒား ဖလက်မင်း (Alexandar Fleming) က ပင်နီစလင် (penicil- lin) ကို စတင်တွေ့ရှိလာချိန်မှစ၍ ရောဂါများကို ကုသရာတွင် ထိရောက်မှု ရှိပြီး လူတို့၏ အသက်ကို ကယ်တင်နိုင်ခဲ့ပါသည်။ သို့ဖြင့် ပဋိဇီဝဆေးဝါး များကို တဖြည်းဖြည်းနှင့် တိုးမြှင့်တီထွင် ထုတ်လုပ်လာခဲ့ကြပါသည်။ ယနေ့မျက်မှောက်ခေတ် အခါသမယတွင် ပိုမိုအစွမ်းထက်မြက်၍ အကျိုး အာနိသင်ရှိသော ပဋိဇီဝဆေးများကို သိပ္ပံပညာရှင်များက တိုးမြှင့်တီထွင် ထုတ်လုပ်လာခြင်းဖြင့် လူအသေအပျောက် သိသိသာသာ လျော့နည်းလာပြီး လူအသက်ပေါင်း မြောက်များစွာကို ကယ်တင်နိုင်ကြပြီ ဖြစ်ပေသည်။

ပဋိဇီဝ ဆေးဝါးများကို ရောဂါဖြစ်ပွားသောအချိန်၊ အနာများ ဖြစ်ချိန် တွင်သာ အသုံးပြုရုံမကပဲ ခွဲစိတ်ကုသမှုများ (surgical procedures) မပြုမီ လည်း အဓိကထားပြီး သုံးစွဲလာကြသည်။ ဤသို့ မခွဲစိတ်မီ ပဋိဇီဝဆေးဝါး များ သုံးစွဲခြင်း (Antibiotic prophylaxis) ဖြင့် ခွဲစိတ်ပြီးနောက် ဖြစ်ပေါ် လာနိုင်သော ဆိုးကျိုးများ (postoperative complications) ကို လျော့နည်း ကာကွယ်ပေးပါသည်။ ပဋိဇီဝဆေးများဖြင့် ဆေးကုသခြင်းတွင် အောက် ဖော်ပြပါအချက်များပေါ် မူတည်၍ စဉ်းစား ရွေးချယ်ရပါမည်။

(၁) ရောဂါအတိမ်အနက် (Disease Factor)

ရောဂါအတိမ်အနက်ကို စဉ်းစားရာတွင် ရောဂါဖြစ်စေသော ဘက် တီးရီးယားအမျိုးအစား (Causal organism)၊ ရောဂါပိုး၏ သဘာဝ (Nature of infection)၊ ရောဂါပိုးများ ပါဝင်နေမှုအတိုင်းအတာ (Bac- terial spectrum) ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရပေမည်။

(၂) ပဋိဇီဝဆေးအမျိုးအစား (Drug Factor)

ပဋိဇီဝဆေးဝါးများ ရွေးချယ်ရာတွင် ရောဂါဖြစ်စေသည့် ဘက် တီးရီးယား အမျိုးအစား (Causal organism) သို့မဟုတ် ဘက်တီးရီး ယားများ၏ ပါဝင်ပတ်သက်မှုအတိုင်းအတာ ပမာဏ (Microbial spec- trum) နှင့်အလွယ်တကူ ဆေးဝါးဝယ်ယူ ရရှိမှုတို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်း စားပေးရပါမည်။

(၃) ဝေဒနာရှင် (Host Factor)

ပဋိဇီဝဆေးဖြင့် ကုသမှုခံယူမည့် ရောဂါသည် ဝေဒနာရှင်၏ ခုခံ စွမ်းအား အတိုင်းအတာပမာဏ (Body defense mechanisms) နှင့် ဝေဒနာရှင်တွင် တစ်ခြားတည်ရှိနေသော ရောဂါများကိုလည်း အရေး တယူ ထည့်သွင်းစဉ်းစားကြရပေမည်။ ဥပမာ - ဆီးချိုရောဂါ ဝေဒနာ ရှင်များ ခုခံအားကျဆေးဝါးများ သုံးစွဲနေရသူများ (ကော်တီဆုန်း ဆေးဝါးများ)အား ကုသရာတွင် သာမန်ဝေဒနာရှင်များထက် ပိုမို ထိရောက်သော ပဋိဇီဝဆေးဝါးများကို ရွေးချယ်၍ ကုသမှု ပေးသင့် သည်။

ပဋိဇီဝ ဆေးဝါးများသည် ရောဂါများကို ကုသရာတွင် ထိရောက်မှု ရှိခြင်းကြောင့် ယနေ့မျက်မှောက်ခေတ်တွင် ရောဂါပိုးများကြောင့် အသက် ဆုံးရှုံးမှုများ မရှိသလောက် ရှားပါးလာပါသည်။ ပဋိဇီဝဆေးဝါးများ၏ အာနိသင် ဆက်လက်ထက်မြက်နေစေရေးမှာ ထိုဆေးဝါးများကို အသုံးပြု ညွှန်ကြားကြသူများပေါ်တွင် တည်နေလေသည်။ ထို့ကြောင့် ပဋိဇီဝဆေးများ အသုံးပြုရာတွင် အောက်ဖော်ပြပါ စည်းကမ်းချက်များကို လိုက်နာရပါမည်။

(၁) (Is antibiotic administration necessary?)

ရောဂါများကို ကုသရာတွင် ပဋိဇီဝဆေးဝါးများ သုံးစွဲရန်သည် မသင့်ကို ပထမဦးစွာ စဉ်းစားရပါမည်။ ထိုသို့စဉ်းစားရာတွင် လူနာ၏ ခုခံအား (state of patient's host defenses) ၊ ၎င်းတွင် ဖြစ်ပေါ်နေပြီးသောရောဂါများ (underlying disease) (ဥပမာ - ဆီးချိုရောဂါ) လက်ရှိခံစားနေရသော ရောဂါ အတိမ်အနက် (severity of infection)၊ ကုသမှုအမျိုးအစား (Type of treatment) များပေါ် အခြေခံ၍ စဉ်းစားရပါမည်။

(၂) (Use empiric therapy routinely)

ပဋိဇီဝဆေး ညွှန်ကြားရာတွင်လည်း လက်ရှိရောဂါကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် ဘက်တီးရီးယား အမျိုးအစား ပါဝင်မှု (Bacterial spectrum) ကို အဓိကထား စဉ်းစားပြီးမှ လိုအပ်သော ဆေးဝါးများ (Empirical antibiotic therapy) ဖြင့် ကုသပေးရပါမည်။

ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်တွင် ဘက်တီးရီးယားများ၏ တည်ရှိနေပုံမှာ တစ်နေရာ နှင့် တစ်နေရာ မတူညီဘဲ ကွာခြားလျက်ရှိကြပါသည်။ ဥပမာ - မျက်နှာ ပေါ်ရှိ အရေပြားတွင် အနာဖြစ်ပါက Staphylococcal infection လည်း ပါ ဝင်လာနိုင်၍ Cloxacillin သောက်ဆေးကို ညွှန်ကြားရမည်ဖြစ်ပြီး ခံတွင်းတွင် ဖြစ်သောအနာများ (odontogenic infection) ဥပမာ - အမြစ်ထိပ် ပြည်တည် နာ (periapical abscess) တွင် cloxacillin ကိုမရွေးဘဲ အခြား ပဋိဇီဝဆေး များ၊ ဥပမာ - Amoxicillin ကို ရွေးချယ်ညွှန်ကြားသင့်သည်။

(၃) (Use the narrowest spectrum antibiotic)

ပဋိဇီဝဆေးများဖြင့် ကုသမှုပေးရာတွင် ပထမဦးစွာ ပြင်းအား အနိမ့်ဆုံးဆေး (narrowest spectrum antibiotic) ကို စတင်ညွှန်ကြားရပါ မည်။ အကယ်၍ ထိရောက်မှု မရှိမှသာလျှင် တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် ပြင်းအားမြင့်သောဆေးများ (Broad spectrum antibiotic) ဖြင့် ပြောင်းလဲ ကုသပေးနိုင်သည်။ ဥပမာ - ပင်နီစလင် တည်သော လူနာများကို Amoxicillin ကို စတင်ပေး၍ ကုသရပါမည်။ ထိုဆေးဖြင့် ရောဂါအား နိုင်နင်းမှုမရှိသောအခါမှ ၎င်းထက် ပြင်းအားမြင့် သောဆေးကို ပြောင်းပေးရပါမည်။ အကယ်၍ ပြင်းအားအမြင့်ဆုံးသော ဆေးများဖြင့် စတင်ကုသမှုပေးလျှင် ၎င်းဆေးမတိုးတော့သောအခါ မည်သည့် ဆေးကို ထပ်မံရွေးချယ်၍ ကုသမည်နည်း။ ၎င်းထက် ပြင်းအားမြင့်သော ဆေးမပေါ်သေး၍ ပြင်းအားနိမ့်သော ဆေးကို ပြောင်းပေးပြန်လျှင်လည်း ရောဂါပိုးများသည် ဆေးကို ယဉ်ပါးသွားပြီး ဆေးယဉ်ပါးသော ဘက်တီး ရီးယား (Resistant strain) များ အသွင်ပြောင်းသွားပြီး ကုသမှုတွင် ထိ ရောက်နိုင်မည် မဟုတ်တော့ပေ။

(၄) (Use the antibiotic with the lowest incidence of toxicity & sideeffect)

ပဋိဇီဝဆေးများ ရွေးချယ်ရာတွင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး (side effect) အနည်းဆုံးနှင့် အဆိပ်သင့်လက္ခဏာ (toxicity) အနည်းဆုံး ဆေးများကိုသာ ရွေးချယ်အသုံးပြုသင့်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့ သုံးစွဲညွှန်ကြားနေသော ဆေးဝါး အားလုံးတွင် အနည်းနှင့်အများ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး (side effect) များ ရှိ နေကြသည်။ ၎င်းတို့မှာ မူးဝေခြင်း၊ ပျို့တက်ခြင်း၊ အန်ခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်နာ ခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်အောင့်ခြင်း၊ ဝမ်းလျှော့ခြင်း၊ ပါးစပ်ထဲတွင် မကွေ့ရများ

ဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊ အရေပြားပေါ်တွင် ဓာတ် မတည့်မှုကြောင့် အနီကွက်များ ပေါ်လာခြင်း၊ အရေပြားယားယံခြင်း အရေပြားနှင့် ပါးစပ် အတွင်းတွင် အရည်ကြည်ဖုများ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း ထို့အပြင် ဓာတ်မတည့်မှုကြောင့် အသက် ဆုံးရှုံးခြင်း (anaphylatic shock) ထိ ဆိုးကျိုး များ ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ ဥပမာ - ပင်နီစလင်၊ ဆာလ်ဖာ မတည့်သူများတွင် အရေပြားပေါ်၌ အနီကွက်များ၊ အဖုအပိန့်များ ထွက်လာတတ် သည်။ အချိန်မီ မကုသပါက အသက်ဆုံးရှုံးနိုင် သည်။ (Anaphylatic shock) ထိ ဖြစ်နိုင်ပါ သည်။ Ampicillin, Amoxicillin တို့ကို ကြာ ရှည်သုံးစွဲပါက ဝမ်းလျှော့တတ်သည်။ Erythromycin ဆေးသုံးစွဲသူများတွင် ဝမ်းဗိုက်နာခြင်း (Abdominal cramping) ဖြစ်တတ်ပါသည်။ DALACIN-C (Clindamycin) ဆေးကို ကြာရှည် သုံးစွဲသူတို့တွင် ပါးစပ်အတွင်း၌ မကွေ့ရများ ဖြစ်ခြင်း၊ ဝမ်းလျှော့ခြင်း၊ (Pseudo-membraneous enterocolitis) တို့ ဖြစ်တတ်ပါ သည်။ ထို့ပြင် သားဆက်ခြားစီမံချက် (မျိုးဆက် ဖွားစီမံချက်) Family planning အတွက် ပဋိ သန္ဓေတားဆေးများ (Oral contraceptive pills) အသုံးပြုနေသော အမျိုးသမီးများတွင် ပဋိဇီဝ ဆေးဝါးများသည် သန္ဓေတားဆေးများ၏ အာနိ သင်ကို ယုတ်လျော့စေပြီး သန္ဓေရှိသွားနိုင်ပါ သည်။ ဥပမာ Amoxicillin, Metronidazole, Rifampicin စသည်တို့ကို သန္ဓေတားဆေး များနှင့် တွဲသောက်မိပါက မမျှော်လင့်ဘဲ သန္ဓေ အောင်သွားနိုင်ပါသည်။ အဆိုပါ ပဋိဇီဝဆေး များကို မဖြစ်မနေပေးရမည်ဆိုပါက အချိန်ခြား ပြီးမှ သုံးစွဲသင့်ပါသည်။

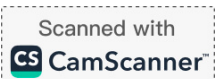
(၅) (Use bactericidal antibiotic if possible)

ပဋိဇီဝဆေးများရွေးချယ်ရာတွင် ဘက်တီး ရီးယားများကို သတ်သော၊ သေစေသော ပဋိဇီဝ ဆေးဝါးများကိုသာ ဦးစားပေး ရွေးသင့်သည်။ ပဋိဇီဝဆေးများကို အဓိကအားဖြင့် အုပ်စု (၂)ခု ခွဲထားသည်။

(၁) ဘက်တီးရီးယားများကို သေစေသောဆေး များ (Bactericidal drugs)

ဥပမာ - Penicillin group, Cephalosporin group, Clindamycin etc.

(၂) ဘက်တီးရီးယား၏ မျိုးပွားမှုကို ရပ်တန့်



စေသောဆေးများ (Bacteriostatic drugs)

ဥပမာ - Erythromycin, Tetracycline.

ခန္ဓာကိုယ်ခုခံစွမ်းအား ကျဆင်းနေသော ဝေဒနာရှင်များ (ကျောက်ကပ်အစားထိုး ကုသ ထားသူများ၊ ကင်ဆာရောဂါအတွက် ဆေးသွင်း ကုသမှု ခံယူနေသူများ)နှင့် နဂိုရောဂါအခံရှိသူ များ (ဆီးချိုရောဂါဝေဒနာရှင်များ)ကို ကုသမှု ပေးရာတွင် ဘက်တီးရီးယားများကို သေစေ သော ဆေးများကိုသာ ရွေးချယ်အသုံးပြုရမည် ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ အဆိပ်ဝေဒနာရှင်များ အား ဘက်တီးရီးယား၏ မျိုးပွားမှုကို ရပ်တံ့စေ သောဆေးများ ညွှန်ကြားခဲ့ပါလျှင် ရောဂါကုသ မှုတွင် ထိရောက်မှုမရှိတော့ဘဲ ဆေးယဉ်ပါးမှု ဖြစ်လာနိုင်သည့်အပြင် တစ်ခါတစ်ရံ၌ ရောဂါ လက္ခဏာမှာ ပိုမိုပြင်းထန်လာနိုင်ပါသည်။

(၆) ဆေးပမာဏ (Dose)

ပဋိဇီဝဆေးဝါးများ ညွှန်ကြားသည့်အခါ ဆေးပမာဏ (Dose) သည် မှန်ကန်လုံလောက်မှု (adequate dose) ရှိရပါမည်။ ရောဂါအခြေအနေ အတိမ်အနက်ကို လိုက်၍ ဆေးပမာဏကို သတ်မှတ်ရပါမည်။ သာမန်ပြည်တည်နာ (Abscess) ကို ပေးသော ဆေးပမာဏနှင့် လျှင်မြန်စွာ ယောင်ယမ်းလာသော အနာ (Cellulitis) ကို ကုသရာ တွင် ပေးရမည့် ဆေးပမာဏမှာ မတူညီနိုင်ပေ။ ဥပမာ - ပြည်တည်နာတွင် Amoxicillin ကို ၂၅၀mg ပေးသော်လည်း၊ Cellulitisကို ကုသရာ တွင် Amoxi- cillin ကို ၅၀၀mg သို့မဟုတ် ၁၀၀၀mg သို့ တိုးမြှင့် ပေးနိုင်ပါသည်။

(၇) ဆေးတိုက်ရမည့် အကြိမ်အရေအတွက် (Interval or Frequency)

ဆေးဝါးများ ညွှန်ကြားရာတွင် မှန်ကန်သော အကြိမ်အရေအတွက် ဖြစ်ရမည်။ ဆေးတိုက်ရ မည့် အကြိမ်ရေသည် သွေးထဲသို့ ရောက်ရှိသွား သောဆေး မည်မျှကြာသောအခါ သွေးထဲမှ တဖြည်းဖြည်း လျော့သွားပြီး လုံးဝ ကုန်ဆုံး ပျောက်ကွယ်သွားမည့်အချိန်တို့ပေါ်တွင် မူတည် ပြီး အကြိမ်အရေအတွက်ကို ပညာရှင်ကြီးများက သတ်မှတ်ထားခြင်းဖြစ်၍ မိမိတို့ သဘောဆန္ဒ အလျောက် ကြိုက်နှစ်သက်သလို အကြိမ်အရေ အတွက် ပြောင်းလဲ၍ မရနိုင်ပါ။ ဥပမာ - Ampicillin ဆေးသည် (၆)နာရီ တစ်ကြိမ်နှုန်းဖြင့် တစ်နေ့လျှင် (၄)ကြိမ် သောက်ရမည်ဖြစ်ပါ သည်။ သို့သော် ယခုအခါတွင် တစ်နေ့လျှင်

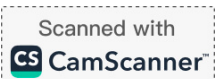
(၃)ကြိမ်နှုန်း သောက်နေသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။ ထိုသို့အကြိမ်ရေကို မိမိဆန္ဒအလျောက် ပြောင်းလဲလိုက်ခြင်းကြောင့် ရောဂါပိုးများသည် ဆေးကို ယဉ်ပါးလာပြီး ရောဂါကုသမှုတွင် ထိရောက်မှု မရှိသည်ကို တွေ့မြင်ရပေ သည်။ ဆေးတိုက်ကျွေးရမည့်အကြိမ်ရေသည် ဆေးပမာဏ(Dose)နှင့်လည်း မသက်ဆိုင်ပေ။ ဆေးပမာဏကို (၂)ဆ၊ (၃)ဆ၊ (၄)ဆ တိုးမြှင့်၍ ညွှန်ကြားခြင်းကြောင့်လည်း ဆေးတိုက်ရမည့် အကြိမ်ရေ ပြောင်းလဲစရာ အကြောင်း မရှိပါ။ ဥပမာ Ampicillin ကို ၂၅၀mg တိုက်သောလူနာတွင် (၆)နာရီခြား တိုက် သကဲ့သို့ ၅၀၀mg သို့မဟုတ် ၁၀၀၀ mg တိုက်ကျွေး ခြင်းခံရသော လူနာတွင်လည်း (၆)နာရီခြားသာလျှင် တိုက်ကျွေးရပါမည်။ ဆေးပမာဏ တိုးမြှင့်ညွှန်ကြားသဖြင့် အကြိမ်ရေကို (၈)နာရီခြား တစ်နေ့ (၃)ကြိမ်၊ သို့မဟုတ် (၁၂)နာရီခြား တစ်နေ့ (၂)ကြိမ်သို့ ပြောင်းလဲ၍ ညွှန်ကြား မရနိုင်ပေ။ အချို့ဆရာဝန်များသည် ဆေးပမာဏကို ၂ဆ၊ ၄ဆ တိုးမြှင့်ပေးပြီး အကြိမ်ရေကို လျှော့ချတိုက်ကျွေးနေကြသည်မှာ မှားယွင်းနေကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဆေးတိုက်ရမည့် အကြိမ်ရေသည် လုံးဝပြောင်းလဲပိုင်ခွင့်မရှိပေ။ သို့သော် ချွင်းချက်အနေဖြင့် အချို့ဆေးဝါး အနည်းငယ်တွင် အခြားသော အကြောင်းများကြောင့် အကြိမ်ရေပြောင်းလဲ သုံးစွဲကြရသည်လည်းရှိပါ သည်။ ဥပမာ Penicillin V ကို ရောဂါကုသရာတွင် (၆)နာရီခြားဖြင့် တနေ့ (၄)ကြိမ်တိုက်၍ ကုသသော်လည်း၊ လေးဘက်နာရောဂါသည်များတွင် လေးဘက်နာ နှလုံးရောဂါဖြစ်ခြင်းမှ ကာကွယ်လိုသော ရည်ရွယ်ချက် (Pro- phylaxis Purpose) ဖြင့် အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများမှ Pen: V ကို (၁၂)နာရီ ခြားဖြင့် တစ်နေ့လျှင် (၂)ကြိမ် နှစ်ရည်လများ သောက်သုံးရန် ညွှန်ကြားလေ့ရှိ ကြသည်။

(၈) ဆေးဝါးကုသမည့်လမ်းကြောင်း (Route of Administration)

ဆေးဝါးကုသမှုထိရောက်စေရန် လမ်းကြောင်း ရွေးချယ်မှု မှန်ကန်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ ပဋိဇီဝဆေးများနှင့် ဆေးကုသရာတွင် သွေးကြောမှ တိုက်ရိုက်သွင်းခြင်း (intravenous injection) အသားထဲသို့ ဆေးထိုးခြင်း (intramuscular injection)နှင့် ပါးစပ်မှ တိုက်ကျွေးခြင်း (oral route)ဟူ၍ လမ်းကြောင်း သုံးသွယ်ရှိလေသည်။ အဆိုပါ လမ်းကြောင်းတို့အား ရွေးချယ် ရာတွင် ရောဂါ၏ အတိမ်အနက်ပေါ် မူတည်ပြန်သည်။ အရေးတကြီး ကုသမှုနှင့် ထိရောက်မှု လိုအပ်ပါက သွေးကြောမှ တိုက်ရိုက်ဆေး ထိုးသွင်း ခြင်းကို ရွေးချယ်သင့်ပါသည်။ ဥပမာ-သာမန်ပြည်တည်နာ (Abscess) အတွက် ပါးစပ်မှ တိုက်ကျွေးခြင်းကို ရွေးချယ်နိုင်သော်လည်း လျှင်မြန်စွာ ယောင်ယမ်းလာသောအနာ (cellulitis) ကို ကုသရာတွင် သွေးကြောမှ တိုက်ရိုက်သွင်းသော လမ်းကြောင်းအား ရွေးချယ်ကုသရမည် ဖြစ်ပါသည်။

(၉) ဆေးဝါးများကို ညွှန်ကြားရာတွင် ဈေးကွက်တွင် အလွယ်တကူ ဝယ်ယူရရှိနိုင်သော ဆေးဝါးဖြစ်ရန် အလွန် အရေးကြီးပါသည်။ အချို့ဆေး များသည် ဈေးကွက်တွင် ဝယ်၍မရ၊ ဆရာဝန်ကြီးများအား လက်ဆောင် အဖြစ်ပေးပြီး စမ်းသပ်သုံးသောအဆင့်တွင်သာ ရှိသောဆေးများ (Physi- cian Sample only) ဖြစ်နေပါသည်။

၎င်းဆေးမျိုးကို မသုံးသင့်ပါ။ အကယ်၍ Sample ဆေးများပေး၍ ကုသလျှင် ဆေးပြတ်သွားခြင်း သို့မဟုတ် အလွယ်တကူ ဝယ်မရခြင်း ဖြစ်ရလျှင် လူနာအတွက် အခက်အခဲဖြစ်ရပေမည်။ ထိုနည်းတူပင် ရောဂါ ကုသမှုတွင်လည်း ထိရောက်မှုလျော့နည်းလာနိုင်ပါသည်။ မိမိကုနေသော



လူနာ၏ လူနေမှုအဆင့်အတန်းနှင့် အလုပ်အကိုင်တို့ကို ဆေးဝါးများ ညွှန်ကြားသောအခါတွင် ထည့်သွင်းစဉ်းစားရပေမည်။ ယနေ့ခေတ်တွင် ပဋိဇီဝဆေးဝါးများကို ကောင်းသည်ထက်ပို၍ ကောင်းအောင် အစဉ်တစိုက် ကြိုးပမ်းလာသည်နှင့်အညီ ဆေးဝါးတို့၏ တန်ဖိုးသည်လည်း ကြီးမားလာသည်။ ထို့ကြောင့် ဆေးဝါးများ ညွှန်ကြားမည်ဆိုလျှင် လူနာဘက်မှ ကုန်ကျစရိတ်၊ ၎င်း၏ တတ်စွမ်းနိုင်မှုတို့ကိုလည်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားရပေမည်။

ပဋိဇီဝဆေးဝါးများသည် တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ အစွမ်းထက်မြက်ပြီး အာနိသင်မြင့်မားလာသော်လည်း ဆေးယဉ်ပါးမှုများမှာ တစ်နေ့တခြား များပြားလာပြီး ဆေး၏အာနိသင်ယုတ်လျော့ပျက်ပြယ်ခြင်း (Failure of antibiotic therapy) များကို တွေ့ရှိလာနေရပါသည်။ ဤသို့ ဖြစ်ရခြင်းမှာ အောက်ပါတို့ကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

- (၁) ဆေးဝါးရွေးချယ်ရာ၌ မှန်ကန်မှုမရှိခြင်း
(Wrong choice of antibiotic)
- (၂) ဘက်တီးရီးယားတို့ တည်ရှိမှုနေရာလိုက်၍ ကွဲပြားခြားနားသည်အား ထည့်သွင်းမစဉ်းစားခြင်း
(Wrong bacterial diagnosis)
- (၃) အနာသို့ဆေးမရောက်ရှိခြင်း
(Drug is not reaching the site of infection)
- (၄) ဆေးများကို ပမာဏ၊ အကြိမ်ရေ၊ နေ့ရက်၊ အရေအတွက် မှန်ကန်စွာ မှီဝဲမှုမရှိခြင်း
(patient non-compliance)
- (၅) ကိုယ်ခံစွမ်းအားကျဆင်းနေသူများ ဖြစ်နေခြင်း
(Depressed host defenses)
ဥပမာ- ဆီးချိုရောဂါဝေဒနာရှင်။
- (၆) ထိရောက်သော ခွဲစိတ်ကုသခံယူမှုမရှိခြင်း
(Inadequate surgery)
- (၇) တက်ကျွမ်းသော ဆရာဝန်၏ ညွှန်ကြားမှုအား မခံယူဘဲ မိမိသဘောဆန္ဒ အလျောက် ပဋိဇီဝဆေးအား သုံးစွဲခြင်း
(Self choice of antibiotic)
- (၈) အနာထဲတွင် ပြင်ပ-ပစ္စည်း (Foreign body) တစ်ခုခု ဝင်ရောက်နေသည်ကို ထုတ်ပယ်ခြင်း မပြုဘဲ ဆေးကုသနေခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။
အထက်တွင် ဖော်ပြခဲ့သော အကြောင်းတရားများကြောင့် အနာမပျောက်နိုင်သော အကျိုးတရားကို ရရှိနိုင်ပါသည်။ ထိုသို့ ဖြစ်ရသောအခါမျိုးတွင် လက်ရှိ သုံးစွဲမိဝဲနေသော ပဋိဇီဝဆေးဝါးများအားလုံးကို ရက်အတန်ကြာ ရပ်ထားရပါမည်။ ထို့နောက်တွင်မှ အနာနေရာမှ ပြည် သို့မဟုတ် တခြား ထွက်ရှိလာသော အရည်အား ဓါတ်ခွဲခန်းသို့ပို့၊ ပိုးမွှေးပြီး ၎င်းနှင့် အသင့်တော်ဆုံးသော ပဋိဇီဝဆေးကို ရွေးချယ်ခြင်း (Culture & Sensitivity test) ပြုလုပ်ပြီး ကုသသောအခါမှသာ လုံးဝအမြစ်ပြတ် ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။ ဤသို့ ရောဂါပိုးမွှေးပြီး အသင့်တော်ဆုံးသော ပဋိဇီဝ ဆေးရွေးချယ်မှုကို ဖြစ်နိုင်လျှင် မည့်သည့်ရောဂါတွင်မဆို ပြုလုပ်သင့်သည်။ အောက်ဖော်ပြပါ အခြေအနေများတွင် ပိုးမွှေး၍ ဆေးစမ်းခြင်းကို မဖြစ်မနေပြုလုပ်ရပါမည်။

- (၁) ရောင်ယမ်းခြင်းမှာ ပိုမိုဆိုးသည်ထက် ဆိုးလာခြင်း
(Rapidly progressive swelling with the involvement of fascial spaces)
- (၂) ခွဲစိတ်ကုသပြီးနောက်တွင်မှ ရောဂါပိုးထပ်၍ ဝင်ရောက်ခြင်း
(Post operative infection)
- (၃) ဆေးကုသနေသော်လည်း ပိုမိုဆိုးရွားလာခြင်း
(Non-responsive infection)
- (၄) ရောဂါပျောက်သွားပြီးမှ တဖန်ပြန်ဖြစ်ခြင်း
(Recurrent infection)
- (၅) ကိုယ်ခန္ဓာခုခံစွမ်းအားချို့တဲ့နေကြသူများတွင် အနာရောဂါဖြစ်ခြင်း။ ဥပမာ - AIDS လူနာများ။
- (၆) အရိုးတွင်းချဉ်ဆီ ရောင်ယမ်းပုပ်ဆွေးခြင်း
(Osteomyelitis)
- (၇) ပြည်တစ်စုံထွက်နေသော အနာများ
(Suspected actinomycosis)
တို့တွင် ပြုလုပ်ရပါမည်။
ယနေ့ခေတ် အခါသမယတွင် ပဋိဇီဝဆေးအမျိုးမျိုးကို ဆရာဝန်များက နည်းမျိုးစုံဖြင့် ညွှန်ကြားသုံးစွဲနေကြပါသည်။ ထို့အပြင် ဆေးဆိုင်များ၊ လမ်းဘေး ကွမ်းယာဆိုင်များတွင် ပဋိဇီဝဆေးများကို စပ်နိုင်၍ သုံးစွဲနေကြသည်။ ဤသည်မှာ အန္တရာယ်ကြီးလှသည်။ ဆေးစပ်ပေးကြသူများမှာ ဆေးအကြောင်းကောင်းစွာ နားလည်တတ်ကျွမ်းသော ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ မဟုတ်ကြပေ။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့ စပ်ပေးသော ဆေးများမှာ မည်၍ မည်မျှအထိ အာနိသင်ရှိမည်၊ မည်သည့်အတိုင်းအတာထိ ဆေး၏ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး (side effect) ရှိမည်ကို တိတိကျကျ မသိနိုင်ကြပါ။ သို့ပါ၍ အချို့သောသူများသည် ၎င်းတို့စပ်ပေးသော ဆေးများ မှီဝဲမှုကြောင့် အစာအိမ်သွေးကြောပေါက်သွားခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်နှင့် ဆေးဓါတ်မတည့်ဖြစ်ခြင်း (Allergy) တို့ ဖြစ်ရုံသာမက ဆေးမတည့်၍ သေဆုံးခြင်း (Anaphylatic shock) တို့ထိ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။
ဤသို့ ပဋိဇီဝဆေးဝါးများကို ဖြစ်သလို ကြုံသလို သုံးစွဲနေခြင်းမှာ ကျွန်ုပ်တို့ရှေ့ရေး

ရင်လေးစရာ ဖြစ်နေပါသည်။ ပဋိဇီဝ ဆေးဝါးများကို မိမိတို့ကြိုက်နှစ်သက် သလို သုံးစွဲခြင်းဖြင့် ဆေးယဉ်ပါးမှုများ မုချဧကန် ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ ဖြစ်လာရသောကြောင့် ဆေးကို တစ်မျိုး ပြီးတစ်မျိုး ပြောင်းလဲသုံးစွဲရာမှ နောက် ဆုံးတွင် ကျွန်ုပ်တို့ နိုင်ငံအတွင်း ရရှိ နိုင်သော အမြင့်ဆုံးနှင့် နောက်ဆုံးပေါ် အကောင်းဆုံးဆေးနှင့်ပင် ဆေးမတိုး တော့သော အခြေအနေဖြစ်ရပါတော့ သည်။ ထို့ကြောင့် ရောဂါနှင့် သင့်တော် သော ဆေးဝါးရွေးချယ်စရာ မရှိနိုင် တော့သော ပြဿနာဆိုးကြီးနှင့် ရင်ဆိုင် လာနိုင်ပါသည်။ နောက်ဆုံးတွင် ကုသ ရန်ဆေးမရှိ၍ အသက်ဆုံးရှုံး ခံရတော့ ပေမည်။

သို့ပါ၍ဖော်ပြပါ ပြဿနာများ ဖြစ် ပေါ်လာခြင်း မရှိရလေအောင် ထိန်း သိမ်းကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် ကျွန်ုပ် တို့တွင် တာဝန်ရှိလေသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ဆရာဝန်များသည် နိုင်ငံတော်အစိုးရ ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနနှင့် ပြည်သူ လူထုတစ်ရပ်လုံး ပူးပေါင်းလက်တွဲပြီး ဤအန္တရာယ်ဆိုးကြီးဖြစ်ပေါ် မလာရ အောင် အချိန်မီ ကာကွယ်စောင့်ရှောက် နိုင်မှသာ သိပ္ပံပညာရှင်ကြီးများ တီထွင် ထုတ်လုပ်ခဲ့ကြသော ပဋိဇီဝဆေးဝါး များသည် အစွမ်းထက်မြက် အာနိသင် ရှိစွာဖြင့် အချိန်ကြာမြင့်သည်အထိ ဆက် လက်တည်ရှိနေမည်ဖြစ်ပါသည်။ သို့မှ သာ ၎င်းဆေးဝါးများကို အသုံးပြုပြီး လူသားတို့၏ အသက်ပေါင်း မြောက် များစွာကို ကယ်တင်နိုင်ကြတော့မည် ဖြစ်ပါတော့သည်။ ■

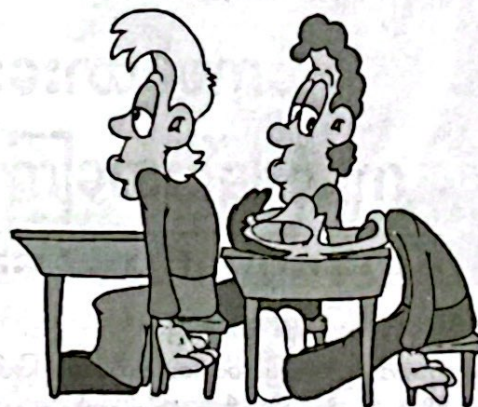
ကိုကိုထွေး(သွား/ဆေး)



ရှာပုံတော်

သွားဆရာဝန်ပေါက်စများအတွက် Dental Chair ဖိုး အရင်းအနှီး စိုက်ထုတ် ပေးနိုင်သော ဘဝကြင်ဖော်များ အလို ရှိသည်။

(W.L.O)



ဝန်ခံချက်

လူဆိုသည်မှာ အပြောင်းအလဲမြန်သော သတ္တဝါတစ်မျိုး ဖြစ်သည်။ ထို့အတူ ကျွန်ုပ်သည်လည်း အလွန်ပင်အပြောင်း အလဲမြန်သည်။ စာသင်ချိန်တစ်ချိန်လုံး အိပ်ငိုက်တတ်သော ကျွန်ုပ်မှာ စာသင်ချိန်ပြီးသည်နှင့် ချက်ချင်း မျက်လုံး ကျယ် သွားတတ်သည်။

(W.L.O)

လောကတွင် သူ့နေရာနှင့်သူ နေရာတိုင်းတွင် ဥပဒေလေးတွေ ရှိပါသည်။ ငယ်စဉ်ကလေးဘဝမှစ၍ လူကြီးဘဝထိအောင် ဥပဒေတွေ ရှိနေကြပါသည်။ ကလေးလည်း ကလေးအလိုက်၊ လူငယ်လည်း လူငယ်အလိုက်၊ သမီးရည်းစားလည်း သမီးရည်းစားအလိုက် ဥပဒေတွေ၊ ဘောင်တွေ၊ စည်းမျဉ်းတွေ၊ နိယာမတွေ ရှိနေကြပါသည်။

အထင်ရှားဆုံးနှင့် အသိသာဆုံး ဥပဒေနိယာမမှာ နိုင်ငံတော်တစ်ခု၏ တရားဥပဒေဖြစ်ပါသည်။ မထင်မရှားဖြစ်၍ အရေးကြီးသော မည်သည့်နည်းနှင့်မှ မပြောင်းလဲနိုင်သော ဥပဒေနိယာမမှာ အမိလောကကြီး၏ သဘာဝဥပဒေများ ဖြစ်ပါသည်။

လောကနိယာမအချို့မှာ -

- ၁။ အမြဲတည်မနေနိုင်သော အရာသုံးမျိုးရှိပါသည်။
 - (က) သတ္တဝါတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်သည်လည်းကောင်း၊
 - (ခ) မီးခိုးတို့သည်လည်းကောင်း၊
 - (ဂ) တိမ်ဆုပ်သည်လည်းကောင်း အမြဲတည်နေ၍ မရပါ။
- ၂။ အဆွေခင်ပွန်း ပျက်စီးစေနိုင်သော အကြောင်းတရား နှစ်ခုရှိပါသည်။
 - (က) မပြတ်မလပ် ပေါင်းဖော် ဆည်းကပ်မှု မရှိခြင်း၊
 - (ခ) အခါမဟုတ်သည့် နှစ်သက်ဖွယ်ဝတ္ထုကို တောင်းခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။
- ၃။ ဝဋ်လည်ခြင်း။
- ၄။ မိန်းမပျက်တို့၏ ပွားများခြင်း အမှုသုံးပါး ရှိပါသည်။
 - (က) နံနက်အချိန်တွင် မစ္ဆရိယတရား ပွားများခြင်း၊
 - (ခ) ညနေအချိန်တွင် ဣဿာတရားပွားများခြင်း၊

ရောစပ်ထားသော ကျဆုံးခြင်းအကြောင်း

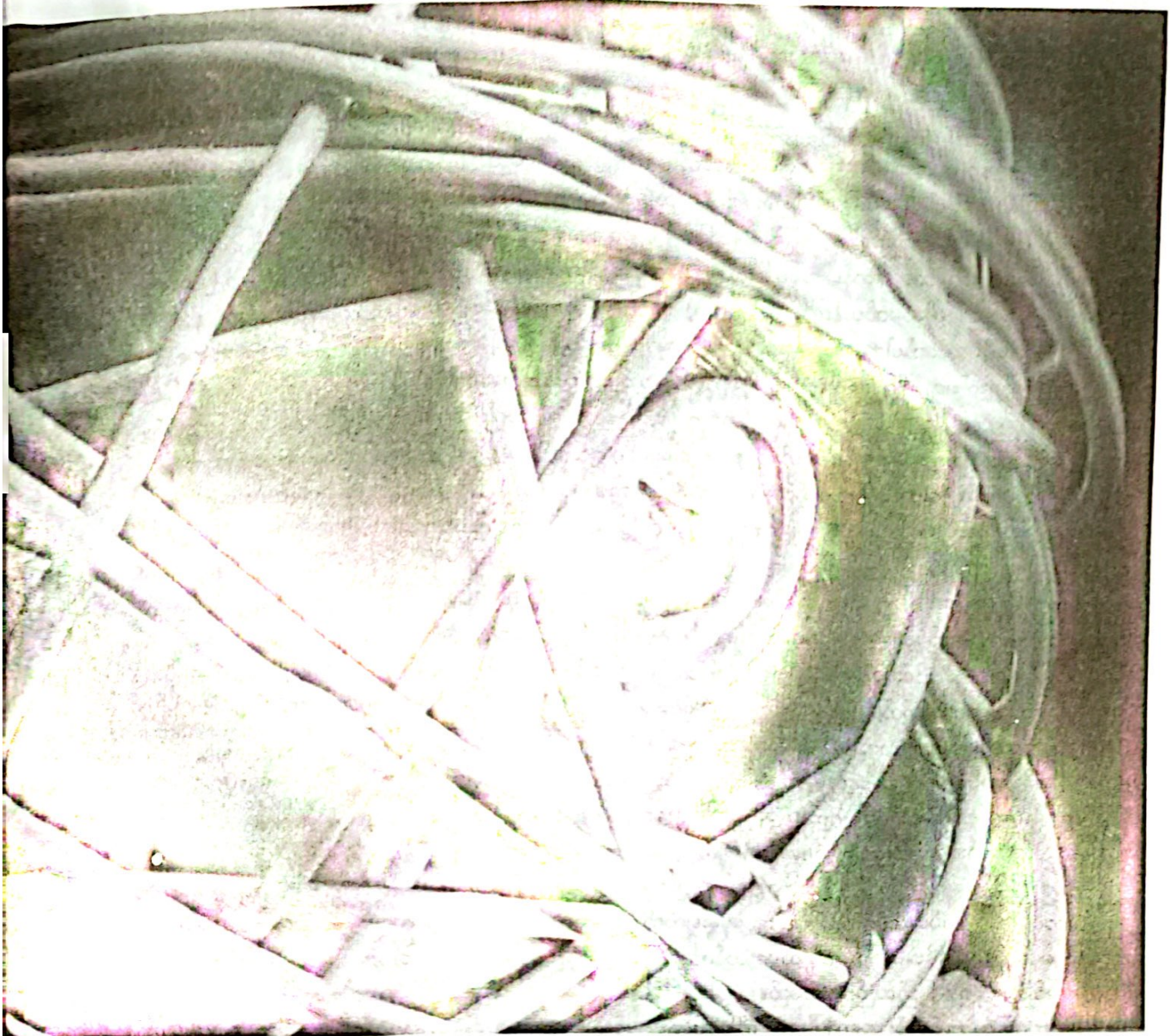
Kaukhi: dula (သျှား / ဆေး)

- (ဂ) ညဉ့်အချိန်တွင် ရာဂတရား ပွားများခြင်း၊
(မှတ်ချက်။ ဣဿာသည် အပြင်အပ မဟိဒ္ဓကို အာရုံပြုပါသည်။ မစ္ဆရိယသည် မိမိ၏ အတွင်းအဇ္ဈတ္တကို အာရုံပြုပါသည်။ ဣဿာသည် သူတစ်ပါး ကောင်းစားတာကို မနာလိုခြင်း၊ မခံမရပ်နိုင်ခြင်း သဘော ရှိပါသည်။ မစ္ဆရိယမှာ မိမိတွင် ရှိနေသည်ကို သူတစ်ပါးနှင့် ဝေမျှ၍ မခံစားနိုင်ခြင်း၊ နှမမျှာနေခြင်း၊ တွန့်တိုနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ မစ္ဆရိယသည် တဖက်သားကို ဖျက်လို ဖျက်ဆီး ပြုသည့်အဆင့်သို့ မရောက်တတ်ပါ။ ဣဿာမှာ ဖျက်ဆီးတတ်ပါသည်။)
- ၅။ လျှာလျှင်တိုးပွား၊ ခိုးလျှင်ခွဲသွား စသည်ဖြင့် များစွာရှိပါသေးသည်။ သက်ရှိသတ္တဝါတစ်ကောင် ဖြစ်လာပြီဆိုလျှင် မလွဲမသွေ ကြုံတွေ့ရတော့မည့် လောကနိယာမ ညီအစ်ကို ရှိပါသည်။ သူတို့ နှစ်ဦးမှာ အရှုံးနှင့် အနိုင် ဖြစ်ပါသည်။ ဉာဏ်အရည်အသွေး (Intelligence quotient) မြင့်သော လူသားမျိုးနွယ်စုတွင် အချို့က အနိုင်ရသည်ကို အမြဲလို ရှိကြပါသည်။ အချို့ကတော့ နိုင်နိုင်၊ ရှုံးရှုံး အရေးမကြီးဘူး

ဆိုသော လူများဖြစ်နေကြပြန်သည်။ အချို့ကတော့ ရှုံးမှာကို အကြောက်ဆုံး ဖြစ်ပါသည်။

ရောဂါတစ်ခု သို့မဟုတ် ပြဿနာ တစ်ခုအတွက် ဖြေရှင်းသွားနိုင်ဖို့မှာ စာကြောင်းတစ်ကြောင်းတည်း ဖြစ်ပါသည်။ " Removal of the cause! " ဘာအကြောင်းကြောင့်လဲသာ သိနိုင်ခဲ့လျှင် အရာအားလုံးသည် ပြေရှင်းနေပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ဘာကြောင့်ရှုံးနိုင်ရသည်ကို သိခဲ့ရလျှင် ရှုံးနိုင်ဖို့အကြောင်းသည်လည်း ပျက်ပြယ်ရပါလိမ့်မည်။

(ကြားဖြတ်စကား - စာရေးဆရာကြီး ဦးအောင်သင်းက ပြောဖူးပါသည်။ " To know all is to forgive all " ဟု ဖြစ်ပါသည်။ အားလုံးကို



သိခြင်းသည် ခွင့်လွှတ်နိုင်ခြင်းသို့ ဦးတည်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခုချတော့ မည်ဆိုလျှင် အဆုံးအစွန်ထိ သေသေချာချာ သိပြီးမှ ဆုံးဖြတ်ဖို့ လိုပါသည်။)

ဘဝတွင် ရုံးအိမ်ရခြင်းတရား (၁၀)ပါး။

- ၁။ ဘဝတွင် တိကျပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက် မရှိခြင်း။
- ၂။ အဆိုးမြင်ခြင်း၊ အပြုသဘောမဆောင်ခြင်း။
- ၃။ အတတ်ပညာမဲ့ခြင်း၊ အတတ်ပညာမဆည်းပူးခြင်း။
- ၄။ ဆုံးဖြတ်ချက်မချတတ်ခြင်း၊ မချနိုင်ခြင်း၊ အမှား ဆုံးဖြတ်ခြင်း။
- ၅။ လူမှုဆက်ဆံရေးညံ့ဖျင်းခြင်း။

၆။ ပြင်းပြထက်သန်သော စိတ်ထားမရှိခြင်း။

၇။ အယုံလွန်ခြင်း၊ အယုံလွယ်ခြင်း၊ အားနာခြင်း။

၈။ ကြောက်ရွံ့ခြင်း၊ ရိုးရာအစွဲအလမ်းကြီးခြင်း။

၉။ ရတာထက် ပိုသုံးစွဲခြင်း။

၁၀။ အမြန်သူဌေးဖြစ်လာခြင်း။

အရှင်ဇနကာဘိဝံသ

ဥပဒေသ - ၁။ ဘဝတွင် တိကျပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက် မရှိခြင်း။

လူတိုင်းလူတိုင်းတွင် ရည်မှန်းချက် ကိုယ်စီ ရှိကြပါလိမ့်မည်။ သို့သော် အဆိုပါ ရည်မှန်းချက်တိုင်းသည် တိကျပြတ်သားမှု၊ ခိုင်မာမှု ရှိကြမည် မဟုတ်ပါ။ သူဖြစ်ချင်တာ ဖြစ်၊ ကိုယ်လုပ်ချင်တာလုပ်မည်ဟု သဘောထားလျှင် ကိုယ်ဖြစ်ချင်သလို ဖြစ်လာဖို့မှာ ရာခိုင်နှုန်း အတော်နည်းသည်။ ကျောင်းသားတစ်ယောက်အနေနှင့် 'ဂုဏ်ထူး ရရမည်' ဆိုသော ရည်မှန်းချက်ထားပါမှ ဂုဏ်ထူးထွက်အောင်အထိ ဘာသာရပ်ကို ဆည်းပူးမည်။ ထို့ကြောင့်

ဆုပေး-ဒဏ်ပေးစနစ် (Reward & Punishment System) ပေါ်ထွက်လာရပါသည်။ 'ဒီလိုဆိုရင် လမ်းဆုံးတော့ Reward နှင့် ဆုံးရမည်။ ဒီလိုဆိုရင်တော့ လမ်းလည်း ဆုံးရော Punishment နှင့် ဆုံးရမည်' ဟု ဆွဲဆောင်ခြင်း (Incentive သို့မဟုတ် Motivate) လုပ်တတ်ကြသည်။ ထိုတိကျပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်နှင့် ပတ်သက်၍ စာရေးဆရာ စတီဗင်စီ-ဖီးလစ် (Stephen C. Phillips) က ဥပမာပေး ပြောပြသည်မှာ- သင်သည် အရှည်ပေ (၄၀)၊ အကျယ် (၃) ပေရှိ သံမဏိတန်းကို မြေကြီးပေါ်တွင်ချ၍ တစ်ထောင်သော မိခင်၊ ဖခင်များကို သံမဏိတန်း အစမှအဆုံး လျှောက်ခိုင်းလျက် လျှောက်နိုင်ကြလိမ့်မည်။ ထိုသံမဏိတန်းကိုပင် ပေ (၂၀) အမြင့် တိုက်နှစ်လုံးကြားမှာထားပြီး အထက်ပါအတိုင်းမေးလျှင် လူတစ်ရာမှာ ကိုးဆယ့် ကိုးယောက်က လျှောက်မသွားနိုင်ပါဟု ဖြေကြလိမ့်မည်။ သို့သော် သူတို့ သားသမီးတစ်ယောက်ယောက် အထက်ပါ အဆောက်အဦမှာ ရှိစဉ် မီးလောင်နေလျှင် (သံမဏိတန်းအား လျှောက်၍) သူတို့ စွန့်စွန့်စားစားပင် ကလေးကို ကယ်ကြလိမ့်မည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သူတို့စိတ်ဟာဒယမှာ ကလေးအသက်ကို ကယ်တင်ချင်မှု စူးစိုက်မှုတစ်ခုသာ (တိကျပြတ်သားသော ရည်ရွယ်ချက်တစ်ခုသာ) ရှိ၍ အရည်အချင်း ပြောင်းလဲသွားကြခြင်းသာ ဖြစ်သည်။ စာရေးဆရာ စတီဗင်အာကိုဗေး (Steven R. Covey) က တိကျပြတ်သားသော ရည်မှန်းချက်၏ အကြောင်းကို 'ရည်မှန်းချက်ဖြင့် လုပ်ဆောင်ခြင်းဟူသည်' ဆိုသော ခေါင်းစဉ်ဖြင့် ရှင်းပြသည်မှာ - မိမိ၏ ဘဝရည်မှန်းချက်ကို မျက်ခြေပြတ်မခံ၊ စိတ်အာရုံတွင် ထင်မြင်အောင် လုပ်ပြီး ယင်းအမြင် ရှုထောင့်ဖြင့် အရာရာကို ဆန်းစစ်လုပ်ဆောင်သွားရန် ဖြစ်သည်။ သင့်ဘဝ အစိတ်အပိုင်းများ၊ ယနေ့လုပ်ဆောင်မှု၊ နက်ဖြန်လုပ်ဆောင်မှု၊ နောက်သီတင်းပတ် လုပ်ဆောင်မှု၊ နောက်လ လုပ်ဆောင်မှု စသည်တို့တွင် သင့်အတွက် တကယ်အရေးကြီးသော ဘဝမျှော်မှန်းချက်နှင့် ဆီလျော်အောင် နေရပါမည်။ မိမိဘဝ မျှော်မှန်းချက်ကို စိတ်အာရုံတွင် ကြည်လင်စွာ မြင်နေလျှင် မိမိတစ်နေ့တာ လုပ်ဆောင်မှုသည် ယင်းမျှော်မှန်းချက်ကို ချိုးဖောက်တော့မည် မဟုတ်ပေ။ မိမိ၏ တစ်နေ့တာ လုပ်ဆောင်မှုသည် ဘဝမျှော်မှန်းချက်ကို အဓိပ္ပာယ်ရှိစွာ ဖြည့်ဆည်းနေပေမည်။

မိမိအတွက် တကယ်တမ်း အရေးကြီးသည်ကို သိမြင်လာလျှင် မိမိဘဝ ပြောင်းလဲလာမည်။ ယင်းအရေးကြီးသောအရာကို စိတ်အာရုံတွင် ထင်မြင်အောင်လုပ်ပြီး နေ့စဉ် ယင်းသို့ ဦးတည်လုပ်ကိုင် နေထိုင်ရမည်။ မိမိလှေကား ထောင်သောနံရံသည် လွှဲမှားနေလျှင် မလိုအပ်သောနေရာသို့ ရောက်သွားပေမည်။ ကျွမ်းကျင်စွာ ကြိုးစားလုပ်ဆောင်စေကာမူ ရည်မှန်းချက်ဖြင့် လုပ်ဆောင်မှသာ တကယ်တမ်း ထိရောက်အောင် မြင်ပေမည်။

ဥပဒေသ - ၂။ အဆိုးမြင်ခြင်း၊ အပြုသဘော မဆောင် ခြင်း။

ဆရာမကြီး တစ်ယောက်က မကြာသေးမီကမှ ပြောခဲ့ပါသည်။ သူမ ပြောခဲ့သော သဘောမှာ - 'မိမိတွင် အပျက်အစီး အဆုံးအရှုံး ကြုံရလျှင် ဘယ်သူ့ကြောင့်၊ ဘယ်ဝါကြောင့်ဟု အပြစ်မတင်ပါနှင့်။ ပြန်စဉ်းစားပါ။ သူက လုပ်တိုင်း ကိုယ်က ခံရလောက်အောင် ကိုယ်က ညံ့ဖျင်းနေပါသလား' ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသည်မှာ ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုအတွက် ထားရမည့် အရင်းခံ သဘောထား ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင် ပျက်စီးဆုံးရှုံးရ၍သော်လည်းကောင်း၊ မည်သည့်အကြောင်းကြောင့်ပဲဖြစ်ဖြစ် အဆိုးမြင်လျှင် မိမိကိုယ်တိုင်အတွက်

ဒုက္ခကို မွေးယူသလို ဖြစ်ပါမည်။ အကြောင်း ခြင်းရာသည် အမှန်တကယ် ပြီးဆုံးခဲ့ပြီ ဖြစ်သော်လည်း -

၁။ မိမိသည် အဖန်တလဲလဲ ခံစားနာကျင်နေခဲ့သည်။ (positive feed - back cycle ဟု ခေါ်ပါသည်။) ဥပမာ - သင်သည် အပြင်းအထန် ရှုတ်ချခြင်း ခံရသည်။ ထိုအတွက် ရင်ထဲမှ နာကျင်သည်။ ရင်နာ၍ ရှုတ်ချခံရခြင်းကို ပြန်သတိရသည်။ ထိုအတွက် တစ်ဖန် ရင်ထဲတွင် နာကျင်ရပြန်သည်။ သို့နှင့် သင်သည်သာ အဖန်တလဲလဲ ခံစားနေရမည် ဖြစ်သော်လည်း ရှုတ်ချခံရခြင်းသည် အမှန်တကယ် ပြီးဆုံးခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါသည်။

၂။ မိမိ၏ စိတ်တွင် ညစ်ထေးနောက်ကျိနေမည်။ ခံစားနာကျင်ရသည်ကို ကျမ်းအကိုးအကားဖြင့် ဖော်ပြရလျှင် 'Dalai lama & Howard C. Cutter' တို့ ရေးသားပြုစုသော "The Art of Happiness" စာအုပ်ပါ စာပိုဒ်အား ဖော်ပြရပါမည်။

'That bitch' he cried suddenly, his voice seething with rage 'My damn wife! EX-wife, now. She was havin an affair behind my back!...', redirected him. 'Well, most people have difficulty adjusting to a recent divorce, ...' ... 'By the way, how long have you been divorced?' 'Seventeen years last May.'

ကျွန်တော်၏ ဆရာက 'သူများ မကောင်းကြောင်းဆို လာမပြောနဲ့၊ ကောင်းတာလေးတစ်ခု ရှိရင်လာပြော၊ နားထောင်မယ်' ဟု ပြောဖူးပါသည်။ အဆိုးတွေအား ခံစားရ၍ စိတ်သည် ညစ်ထေးနောက်ကျိလာမည်။ 'စိတ်နိုးကြား တက်ကြွမှုနှင့် စိတ်ကူးကောင်းမွန်မှုသည် အတူ လက်တွဲ သွားနေပေသည်။'

(အမည်မသိ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး)

ကြော်ငြာတစ်ခုတွင် 'ဟိုလိုလုပ်ပါလား၊ ဒီလို လုပ်ပါလား၊ ငါလည်း မလုပ်တတ်ဘူး' ဟု ပါပါသည်။ သိပ်မှန်ပါသည်။ 'ဟိုဟာ လုပ်လိုက်၊ သည်ဟာလုပ်လိုက်၊ ဟိုဟာမလုပ်နဲ့၊ သည်ဟာ မလုပ်ပါလား' ဟု သူတစ်ပါး လုပ်သည်အား အပြစ်တင်ဝေဖန် ရှုတ်ချကဲ့ရဲ့တတ်ကြသည်။ သူတို့ကိုယ်တိုင်ကမူ ဘာမှမလုပ်ပါ။ သူတစ်ပါး လုပ်သမျှကို ခံ၍ ဘယ်သူ့ကြောင့်၊ ဘယ်ဝါကြောင့် ပြောနေမည့်အစား မိမိဘယ်လို တုန့်ပြန်သင့်သည်ကို ရွေးချယ်၍ တုန့်ပြန်နိုင်

ပါသည်။ ဤသည်ကို မဟာမြိုင်တောရ ဆရာ
တော် ဦးဇောတိက က 'လူတစ်ယောက်မှာ
ဘာလွတ်လပ်မှုမှ မရှိတော့ဘူး ထားဦး၊ သူ့မှာ
နောက်ဆုံးလွတ်လပ်မှုတစ်ခုတော့ ရှိသေးတယ်။
အဲဒါကတော့ ဖြစ်နေတဲ့အခြေအနေမှာ သူ့
သဘောထားကို သူ့စိတ်ကြိုက် ရွေးချယ်နိုင်
တာပဲ။'

**ဥပဒေသ - ၃။ အတတ်ပညာမဲ့ခြင်း၊ အတတ်
ပညာ မဆည်းပူးခြင်း။**

ရှင်းပါသည်။ အတတ်ပညာ မရှိဘဲလျက်
လူ့လောကတွင် အသက်ရှင်နေဖို့ မလွယ်လှပါ။
သူတောင်းစားတောင်းမှ 'တောင်းစားခြင်း အနု
ပညာ' တတ်ထားပါမှ ငွေစရွှင်နေနိုင်ပါသည်။
အခါတစ်ပါးက ဘိုးတော်မင်းကြားက 'ဟဲ့
ပေါ့ဦး၊ လောကမှာ မရှိတာထက် မသိတာခက်၊
မသိတာထက် ခက်တာရှိဦးမလား' လို့မေးတော့
'မှန်ပါဘုရား။ မသိတာထက် မလုပ်တာက
ပိုခက်ပါတယ်ဘုရား။ မရှိတာကို ရှိအောင်လုပ်လို့
ရပါတယ်ဘုရား။ မသိတာကို သိအောင် လုပ်လို့
ရနိုင်ပါတယ်ဘုရား။ မလုပ်တာကို ဘယ်လိုမှ
လုပ်မ ရပါဘုရား' လို့ လျှောက်တင်ပါသည်။
အလုပ်နှင့် ပတ်သက်၍ စာရေးဆရာ ဖေမြင့်က
သူ၏ 'စာဖတ်သမား၏ မှတ်စုများ' စာအုပ်တွင်
*The best preparation for work is not thinking
about work, talking about work, or studying
for work: it is work (Willicun tled)* လူတွေက
အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်တော့မယ်ဆိုရင် နည်းနည်း
တော့ ပြင်ဆင်ရဦးမယ်ဆိုပြီး၊ အလုပ်အကြောင်း
စဉ်းစားသလိုလို၊ အဲဒီအလုပ်နဲ့ပတ်သက်လို့ ပို
ပြည့်ပြည့်စုံစုံသိအောင် လေ့လာသလိုလိုနဲ့ အချိန်
ဆွဲနေတတ်ကြတယ်။ အချိန်ဆွဲတာ များသွားရင်
အလုပ်မဖြစ်တော့ဘူး' ဟု ရေးထားသည်ကို
တွေ့ရပါသည်။ ထိုစာအုပ်မှာပင် အင်္ဂလိပ် စာရေး
ဆရာကြီး ချားလ်(စ)ဒစ်ကင်း(စ) (1812-1870)
က ဆိုရင် ဒီနေ့လုပ်နိုင် တာကို ဘယ်တော့မှ
နောက်တစ်နေ့ မရွှေ့နဲ့ (Never do tomorrow
what you can do today) လို့ ရှင်းရှင်းရေးခဲ့တယ်။
ဉာဏ်မသုံးတာကြာရင် ဦးနှောက် သံချေးတက်
သွားတတ်တယ်ဆိုတဲ့အကြောင်းကို အီတလီ
ဖန်းချီကျော်ကြီး လီယိုနာဒိုဒါဗင်ချီက Just as
iron rust from disuse, even so does inaction
spoil the intellect တဲ့' ထိုဆောင်းပါးမှ
'အကောင်းဆုံး လက်ရာဖြစ်ပါစေ' ဆိုသော

ခေါင်းစဉ်အောက်တွင် အလုပ်နဲ့ စပ်လျဉ်းတဲ့စကားကို အမေရိကန်လူမည်း
ခေါင်း ဆောင်ကြီးတစ်ဦးဖြစ်တဲ့ မာတင်လူသာကင်း (Martin Luther King,
Jr: 19 29 - 68) ရဲ့ ပြောကြားချက်တစ်ခုနဲ့ နိဂုံးချုပ်ချင်ပါတယ်။

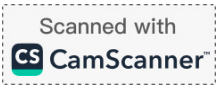
Whatever your life's work is do it well. A man should do his job so
well that the living, the dead and unborn could do it no better. If it falls
your lot to be a street sweeper, sweep street like Michelangelo painted
pictures, like shalce speare wrote poetry, like Beethoven composed
music, sweep streets so well that all the hosts of heaven and earth will
have to pause and say, " there lived a great street sweeper, who swept
his job cell".

ဥပဒေသ - ၄။ ဆုံးဖြတ်ချက်မချတတ်ခြင်း၊ မချနိုင်ခြင်း၊ အမှားဆုံးဖြတ်ခြင်း။

ကျွန်တော်တွင် သည်ဟာ လုပ်ရ ကောင်းနိုးနိုး၊ ဟိုဟာလုပ်ရ ကောင်း
နိုးနိုးနှင့် လုပ်သင့်သည်ကိုဝေခွဲ မရနိုင်ဖြစ်၍ ဘာမျှမည်မည်ရရ မလုပ်ဖြစ်ခဲ့
သော အချိန်တွေ များခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အများသူငါတို့ ဆုံးဖြတ်ချက်
ချမှတ်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေရန် ရည်ရွယ်၍ စာရေးဆရာ မြတ်ငြိမ်း
ရေးသားသော 'အကောင်းဆုံး ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်နိုင်ဖို့' စာအုပ်မှ
ထုတ်နုတ်၍ ဖော်ပြရလျှင် - 'ဆုံးဖြတ်ချက်ဆိုတာ လုပ်နည်းအစဉ်ပဲ ဖြစ်
တယ်။ လူတွေဟာ ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေကိုလိုက်ပြီး မပြတ်ပြုပြင် ပြောင်း
လဲကြရတယ်။ လိုတိုးပိုလျှော့ လုပ်ကြရတယ်။ အဲဒီနည်းနဲ့ ဒီနေ့ကမ္ဘာမှာ
လူတွေအောင်မြင်နေကြတာပဲ။ ဒါဟာ မပြတ်ပြုပြင်ပြောင်းလဲနေရတဲ့
လုပ်နည်းအစဉ်ပဲ။ အကြွင်းမဲ့မှန်တဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်တွေ ချမှတ်လို့ မရဘူး။
ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အကြွင်းမဲ့ဆိုတာ မရှိဘို့ဘဲ။ ရှိတာက နီးနယ်
ဆက်စပ်နေတဲ့ အနေအထားတွေပဲ ဖြစ်တယ်' အမှန်ကန်ဆုံး ဆိုသည်ထက်
အကောင်းဆုံးသော ဆုံးဖြတ်ချက်အား ချမှတ်နိုင်ရန်သာ လိုပါသည်။
အကောင်းဆုံးသော ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်နိုင်ရန်မှာ စိတ်ကူးစိတ်သန်း (Idea)
ကောင်းကောင်း ရှိထားဖို့ လိုအပ်ပါသည်။
An idea is nothing more or less than a new combination of old ele-
ments (James Webb Young) ဥပမာ။ ပုဂံခေတ် နရပေတေ့စည်သူမင်းသည်
J. Donut မစားခဲ့ဖူးပါ။ ထို့ပြင် J.Donut အားလည်း မြင်းဖူးလိမ့်မည်
မဟုတ်ပါ။ စားရကောင်းမှန်းလည်း မသိခဲ့ပါ။ (မှတ်ချက်။ J. Donut အား
စားရန် ၁။ မြင်ဖူးရပါလိမ့်မည်။ ၂။ စားရကောင်းမှန်း သိဖို့လိုပါလိမ့်မည်)
သိစိတ်မြင်စိတ် ထက်မြက်စေရန် ရည်ရွယ်၍ ဆရာမြတ်ငြိမ်းက 'ထိုးထွင်း
သိမြင်စိတ် ထက်မြက်စေမည့် လေ့ကျင့်ခန်း' (၈) ခုအား သူ၏ 'အကောင်း
ဆုံး ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်နိုင်ဖို့' တစ်အုပ်တွင် အကျယ်တဝင့် ရှင်းလင်း
ဖော်ပြထားပါသည်။

ဥပဒေသ - ၅။ လူမှုဆက်ဆံရေးညံ့ဖျင်းခြင်း။

မြန်မာလူမျိုးတို့တွင် စကားအရာအင်္ဂါရပ်အဖြစ် ရှေးလူကြီး သူမတို့က
သတ်မှတ်ထားပါသည်။ ထိုအင်္ဂါ ၄ တန်မှ ခွါ၍ စကား တစ်စုံတစ်ရာ
ပြောဆိုခြင်းသည် မသင့်တော်ပါ။ ဤသည်မှာ လူမှုဆက်ဆံရေးအား ဖျက်
ဆီးတော့မည်။ စကားအင်္ဂါ (၄)တန်မှာ (၁) သုဘာသိတ = အကျိုးစီးပွား
နှင့်ယှဉ်သည့် ကောင်းမြတ်သောစကား။ (၂) ပီယဝါတ = ချစ်ခင်နှစ်လိုဖွယ်
ဆိုသောစကား။ (၃) ဓမ္မဝါစာ = တရားတော်နှင့် ညီညွတ်သောစကား။



(၄) သစ္စာဝါတ = ပြောဆိုမှုသောစကားတို့ ဖြစ်ကြပါသည်။ ထိုအင်္ဂါရပ်တို့နှင့် ဆန့်ကျင်၍ ပြန်ဖျင်း သောစကားကို ပြောဆိုမှု (သမ္ပပလာပ) အယုတ်တမာ ဆဲဆိုမှု (ဖရသဝါစာ)၊ ချောပစ်ကုန်းတိုက်မှု (ပိသုဏဝါစာ)၊ လိမ်ညာပြောဆိုမှု (မုသာဝါဒ) တို့အား မပြုရပါ။ မှတ်ချက် -
White lie: သူတစ်ပါးနှင့် အကျိုးစီးပွားနှင့် ယှဉ်သည့် လိမ်ညာ ပြောဆိုမှု ဆိုသည်မှာ လူမှုလောကတွင် လိုအပ်ကြောင်း သင်ခဲ့ရဖူးပါသည်။

ဥပဒေသ - ၆။ ပြင်းပြထက်သန်သော စိတ်ထားမရှိခြင်း။

‘ဆန္ဒဝတောကိန္ဒမ၊ နသန္တတိ’ ဟု ဂေါတမမြတ်ဘုရားက အမိန့် ရှိခဲ့ပါသည်။ ‘ဆန္ဒတစ်စုံတစ်ရာ ပြင်းပြသူအတွက် မပြီးပြတ်နိုင်သော အရာ သည် မရှိ’ ဟု ဆိုလို ပါသည်။ ကျွန်တော် နားလည်ထားသမျှအား မပြော ပြရလျှင် ဆန္ဒပြင်းပြသူသည် ထိုကိစ္စအတွက် အမြဲအားထုတ်နေသောကြောင့် အသင့်ပြင်ထားသကဲ့သို့ ဖြစ်နေလိမ့်မည်။ အသင့်ပြင်ထားသူအတွက် အချိန် မရွေး ပေါ်လာနိုင်သော အခွင့်အရေးအား လက်လွှတ် ဆုံးရှုံးသွားသည် ဆိုသည်မှာ ရှိမည်မဟုတ်ပါ။ ထိုအကြောင်းအား ဆရာဖေမြင့်ရေးသော မဖြစ်နိုင်ဘူးဆိုတာ သေချာပြီလား စာအုပ်တွင် ဖတ်ခဲ့ရဖူးသည်မှာ -

‘စံကျောင်းတိုက် ဆရာတော်က ဝီရိယနှင့် ကင်းကွာ၍ ကံ-ဉာဏ် နှစ်ပါးလုံးမှာပင် ကျေးဇူးမများနိုင်ရာသည့် အဖြစ်ကြောင့် ဝီရိယကသာ၍ ကျေးဇူးအများဆုံးဖြစ်၏’ ဟု ဆိုထားခဲ့ပြန်ပါသည်။ ယခုအကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်၍ စာရေးဆရာ စတီဖင်စီ - ဖီးလစ်၏ စာအား အကိုးအကား ပြုရသော် -

သင်သည် မြင်းပွဲသွားရောက် လေ့လာနေသူတစ်ဦးဟု ဆိုပါစို့။ ပထမ ရရှိသော မြင်းသည် ဒေါ်လာ နှစ်သောင်းငါးထောင်ဆု ရရှိမည်ဖြစ်ပြီး ဒုတိယပန်းဝင်သော မြင်းသစ်မှာ ဒေါ်လာငါးထောင်သာ ရရှိမည် ဖြစ်သည်။ ပြိုင်တူပန်းဝင်ကြ၍ ဓာတ်ပုံရိုက်ပြီး ပထမနှင့် ဒုတိယကို ရွေးရပါသည်။ ပထမဆု ရရှိသော မြင်းသည် ဒုတိယဆု ရရှိသော မြင်းထက် ငါးဆပို၍ မပြေးရပါ။ ပထမဆု ရရှိသော မြင်းစီးသမား ‘ဂျော်ကီ’သည် ဒုတိယဆု ရရှိသော ‘ဂျော်ကီ’ထက် ငါးဆပိုပြီး စီးနင်းမောင်းနှင်ခြင်းလည်း မရှိပါ။ ခြားနားချက်မှာ ‘နာတစ်ဖြား အသာရရှိမှု’ သာလျှင် ဖြစ်တော့၏။ လူ့ဘဝ လူ့လောကမှာလည်း သင်လိုချင်တာ ရရှိဖို့၊ အောင်မြင်ဖို့အတွက် အရေးကြီး ဆုံးကိစ္စမှာ သူများထက် နည်းနည်းကလေး ပိုကောင်းရန် ပိုတတ် ကျွမ်းနား လည်နေရန် ပိုကြိုးစားရန်သာ လိုသည်။

ဥပဒေသ - ၇။ အယုံလွန်ခြင်း၊ အယုံလွယ်ခြင်း၊ အားနာခြင်း။

ရှေးမြန်မာတို့ သတ်မှတ်ထားသော မယုံအပ်သော စကား (၄)ပါး ရှိပါသည်။

- (၁) နှစ်ခွဆိုသောစကား
- (၂) မျက်ကွယ်၌ဆိုသောစကား
- (၃) သတင်းမှာထား၍ဆိုသောစကား
- (၄) အမျက်ထွက်၍ ဆိုသောစကား

အားနာသည်ဆိုသော ဝေါဟာရမှာ မပွင့်လင်းခြင်း ဖြစ်သည်။ အရှိကို အရှိတိုင်း ဖွင့်ဟဝန်ခံရသော သတ္တိမရှိ ခြင်းဖြစ်သည်။

ဥပမာ - မိမိ၏ အစားကြီးမားမှုအား လူအများအား အသိပေးဖို့ ခက်

လိမ့်မည်။ စားတော့ စားချင်သား၊ သူတို့ကို အားနာလို့။

မိမိ၏ စားချင်စိတ်အား ဖော်ပြရန် မရဲခဲ့၍ ငတ်ရပါတော့မည်။ မိမိချေးထားသော ပိုက်ဆံ အား ပြန်တောင်းရန် အားနာ၍ ပိုက်ဆံသည် ဆုံးရပါလိမ့်မည်။ မိမိအား မိန်းကလေးက ပြန်၍ ကြိုက်သည်၊ မကြိုက်သည်မှာ သူတစ်ပါး၏ တာဝန်ဖြစ်၍ ဖွင့်ပြောဖို့မှာ မိမိတာဝန် ဖြစ်ပါ သည်။ အားနာ၍ ဖွင့်မပြောခဲ့သော် အားနာလျှင် ခါးပါတတ်ပါသည်။

သိသည်ကို သိကြောင်းပြောရန် နှုတ်လျှာ ပေါ့ပါးလှသော်လည်း မသိသည်ကို မသိ ကြောင်းကို ဝန်ခံရေး၌ကား နှုတ်လျှာတို့သည် ဆွဲအကုန်ကြသည်။ (ကွန်ဖျူးရှပ်)

နှစ်ဦးနှစ်ဘက်လုံးအား ဒုက္ခများစေမည် ဖြစ်သော စကားလုံးဖြစ်ပါသည်။

ဥပဒေသ - ၈။ ကြောက်ရွံ့ခြင်း၊ ရိုးရာ အစွဲ အလမ်းကြီးခြင်း

‘ဆရာကြီးကို မပြောရဲဘူး၊ ဆရာကို မပြော ရဲလို့၊ ငါ မလုပ်ရဲဘူး’ ဆိုသောစကားတွေသည် ကြားရဖန် များခဲ့ပါသည်။

အစွဲအလမ်းထားသည်နှင့် ပတ်သက်၍ စာရေးဆရာ ကိုတာ၏ ဖြန့်တွက်တွေးခြင်းနှင့် အခြားဆောင်းပါးများစာအုပ်တွင် ‘ဖြစ်လေ ဖြစ်ထ’၌ အာရုံစိုက်ခြင်းကြောင့် တစ်ခါတစ်ရံ အဖြေမှန် မရနိုင်သောသဘောကို ဆင်ခြင်မိ စေချင်ပါသည်။

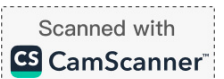
‘စွဲမိပါပေါ့’ သည် အင်အားကြီးမား သလောက် ကြောက်စရာလည်း ကောင်းပါလိမ့် မည်။ အကျင့်ဖြစ်နေခြင်းကြောင့် ‘တစ်နေရာ တည်း၌ ရပ်’ သွားကြသည်။ ‘တစ်ဒေါင့်တည်း မှသာ’ မြင်လေသည်ဟု ဖော်ပြထားပါသည်။

‘ကျားကြောက်လို့ ရှင်ကြီးကိုး၊ ရှင်ကြီး ကျားထက်ပိုဆိုး’ ဆိုတာနှင့်ပင် ရိုးရာအစွဲအလမ်း အကြောင်း လုံလောက်လှပြီဖြစ်ပါသည်။

ဥပဒေသ - ၉။ ရတာထက် ပိုသုံးစွဲခြင်း။

လူမိုက်လက္ခဏာ (၃)ပါးရှိပါသည်။ ဤ သည်တို့မှာ -

- (က) ဥစ္စာမရှိဘဲလျက် စည်းစိမ်ခံစား လိုခြင်း
- (ခ) ခွန်အားမရှိဘဲ ခိုက်ရန်ပြုခြင်း



- (ဂ) ကျမ်းဂန်အမြင် နည်းလျက် အငြင်း အခုံပြုလိုခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။ ရ တာထက်ပိုသုံးစွဲခြင်းမှာ လူမိုက်၏ လက္ခဏာ ဖြစ်ပါသည်။ တစ်နည်း ပြောရလျှင် 'ဝ'မရှိဘဲ 'ဝိ'လုပ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ရသော Recess time မှာ
- (၁) နာရီဖြစ်သော်လည်း ထိုထက် ပို၍ အချိန်သုံးနေလျှင် ဒုက္ခတွေ့ရ လိမ့်မည်။ ဤသည်မှာ စာမေးပွဲ ဖြေ သောအချိန်တွင် အသိသာဆုံးကို သိခဲ့ရပါသည်။

ဥပဒေသ - ၁၀။ အမြန်သူဌေးဖြစ်လာခြင်း။

ပထမနှစ်မှစာတွေသည် နောက်ဆုံးနှစ်တိုင် အောင် အသုံးဝင်နေသည်။ အတန်းငယ်တန်းမှ စာများအား မကြေညက်ခဲ့လျှင် အတန်းကြီးတွေ ဒုက္ခရောက်ရသည်။ နောက်ဆုံးနှစ်မှ သင်ခန်းစာ အား စတုတ္ထနှစ်မှ စာနှင့် ဖြေရှင်းနေစဉ်ပင် စတုတ္ထနှစ်မှစာသည်လည်း တတိယနှစ်မှ စာနှင့် အကြီးဝင်နေသည်။ ပိုမို စတုတ္ထနှစ် စာပိုင်မည်။ စတုတ္ထနှစ် စာပိုဒ်မှ နောက်ဆုံးနှစ်စာကို နားလည် နိုင်မည်။ မဟုတ်ဘဲနှင့် အငယ်တန်းတွေမှ စာမပိုင်ဘဲ နောက်ဆုံးနှစ်စာအား သင်ယူလျှင် ကြက်တူရွေး စာအံသလို (Parrot Learning) ဖြစ်မည်။ ကြက်တူရွေး စာအံသလို ဖြစ်လျှင် လက်တွေ့တွင် မျောက်၏ အတုခိုးသလို (Monkey Imitation) ဖြစ် တော့မည်။ သူများ ပြော သမျှနှင့်ပြီး၍ အလောင်းစည်သူမင်း ကော်စောပျံ (Magic Carpet) စီး၏သည်ဟု ပြောမိလျှင် မိမိ ၏ သိက္ခာ ကျ၍ လူရယ်စရာ ဖြစ်ရမည်။

ထိုထိုဤဤဖြင့် အောင်မြင်ရာ အောင်မြင်စေ ကြောင်း ဆောင်းပါးများစွာ ရှိပါသေးသည်။ သို့သော် အောင်မြင်ရသည်ထက် ရွံ့နိမ့်မှာကို မလိုလားသည်ဖြစ်၍ သိထားသည်လေးများဖြင့် ဤဆောင်းပါးအား မွမ်းမံရပါသည်။ ရည်ရွယ် သည်မှာ ကျွန်တော်၏ သွား/ဆေးတက္ကသိုလ်မှ မောင်နှမများအတွက် ဖြစ်ပါ၍ နှစ် (၄၀) မြောက် ပတ္တမြားရတုမဂ္ဂဇင်းမှတစ်ဆင့် လက်ဆောင်ပါး ရပါသည်။

ကဘုန်းသူခ(သွား/ဆေး)



ဟာသ

'ကို'၊ ကျွန်မကို ချစ်တာ ကျွန်မရဲ့ ပင်ကိုအလှကြောင့်လား၊ ကျွန်မရဲ့ အိမ်ရှင်မကောင်းတစ်ယောက် ပီသမှုကြောင့်လား၊
'ဟဲဟဲ၊မဟုတ်ဘူးကွ၊ မင်းအခုလို ဟာသဖြစ်အောင် ပြောတတ်လို့'

မောင် (1st B.D.S)



ကြော်ငြာ

အရောင်းမြှင့်တင်ရေးကာလအတွင်း သွားတစ်ချောင်း နုတ်သူတိုင်း အား အပိုတစ်ချောင်းနုတ်ပေးမည်။

(W.L.O)

စဉ်းစားကြည့်

သွားခေါသူတိုင်းအတွက် သတင်းကောင်း။
'ဆေးတစ်ဗူးသောက်ရုံဖြင့် ကမ္ဘာပေါ်တွင် သွားခေါသူတစ်ဦး လျော့သွားစေရန် အာမခံသည်။
ဆေးအမည်။ ဂျပိုးသတ်ဆေး။

(W.L.O)

လောကတွင် မစောင့်ဆိုင်းဘူးသူမရှိ၊ ကလေးဘဝက လမ်းမလျှောက် တတ်ခင် မိဘတွေက လက်တွဲပြီး လမ်းလျှောက်သင်ပေး၏။ လူကြီးတွေကို ကြည့်ပြီး ကလေးတွေက လူကြီးတွေလို ထလိုက်၊ ရပ်လိုက်၊ သွားလိုက် အားကျနေ၏။ တနည်းအားဖြင့် လူကြီးတွေ လှုပ်ရှားသွားလာသလို လှုပ်ရှား သွားလာနိုင်တဲ့ စောင့်ဆိုင်းမှန်းမသိ စောင့်ဆိုင်းနေရ၏။

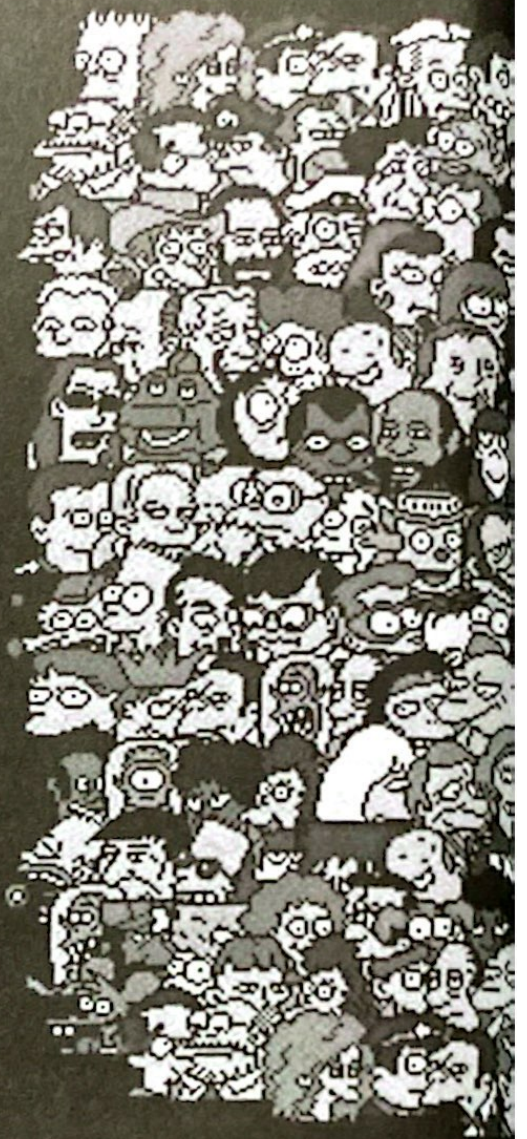
ကျောင်းတက်ရမည့်အချိန်ရောက်တော့လည်း ကျောင်းသားကြီးတွေ လွတ်လွတ်လပ်လပ်သွားလာလှုပ်ရှား နေသည်ကိုမြင်ရပြီး ကျောင်းသားကြီး တွေလို အရာရောက်ချင်၏။ အထက်တန်းကျောင်း၊ ကောလိပ်ကျောင်းနှင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်သို့ ပညာသင်နေစဉ်အတွင်းမှာလည်း ကျောင်းမှာပဲရှိပြီး ဝန်ထမ်းလုပ်သူကလုပ်၊ နိုင်ငံခြားပညာ သင်သွားသူတွေကို ကြည့်ပြီး အားကျနေရ၏။ ငါလည်း တနေ့မှာ သူတို့လို နိုင်ငံခြားပညာ သွားသင်မည်၊ နိုင်ငံတော်တာဝန်ကို ထမ်းဆောင်မည်ဟု မျှော်မှန်းရင်း စာမေးပွဲအောင်မည့်အချိန်ကို စောင့်ဆိုင်းနေ၏။ လူဘဝသည် ဘယ်နေရာ ဘယ်ဒေသရောက်ရောက် မိမိရည်မှန်းချက် အောင်မြင်အောင် စောင့်ဆိုင်းရ သည်ချည်းပင်ဖြစ်၏။

ယုတ်စွအဆုံး ဘတ်စ်ကားမှတ်တိုင်၌ ဘတ်စ်ကား အလာကို စောင့်ဆိုင်း ရ၏။ လက်ဖက်ရည်ဆိုင်ထိုင်လျှင်လည်း စားပွဲထိုးလုလင်အလာကို စောင့် ဆိုင်းရ၏။ ရုပ်ရှင်ကြည့်မည်ဆိုလျှင်လည်း ကိုယ့်ရှေ့က ရောက်နေသူ လက်မှတ်ဝယ်နေသည်ကို စောင့်နေ၏။ မိမိအိမ်မှာဖြစ်စေ၊ ကျောင်းမှာဖြစ်စေ၊ အလုပ်ခွင်မှာဖြစ်စေ၊ စားသောက်ဆိုင်မှာဖြစ်စေ စောင့်ဆိုင်းရသည်ချည်း ပင်ဖြစ်၏။ စောင့်နေကျဖြစ်၍ ဘာမှမထူးဆန်းဟု ထင်ရသော်လည်း တစ်ခါ တရံ အလောဘုံးဆယ်ဆောင်ရွက်ရန်ကိစ္စ ပေါ်လာသောအခါတွင် စောင့်ဆိုင်း ရခြင်းကို စိတ်မရှည်နိုင်၊ သည်းမခံနိုင် ဖြစ်လာရသည်။ တခါတရံတွင် သေရေးရှင်ရေးကိစ္စမျိုး ဘဝတစ်ခုလုံးကို ထိခိုက်နိုင်သောကိစ္စမျိုးနှင့် ကြုံတွေ့ရသော အချိန်မျိုးတွင် စိတ်မရှည်နိုင်၊ သည်းမခံနိုင်ဖြစ်ပြီး စောင့် ဆိုင်းမှု နိယာမကို ကောင်းမှန်းသိပါလျှက်နှင့် ချိုးဖောက်မိသွားတတ်သည်။

စောင့်ဆိုင်းခြင်းသည် သဘာဝနိယာမကြီးဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာကြီး တည်ချိန်မှစပြီး ဘဒ္ဒကမ္ဘာသည် တည်ရှိနေရသည်။ တနေ့တွင် အနိစ္စသဘော အရ ပျက်သုန်းရမည်ကို စောင့်ဆိုင်းနေသောကာလကို ကမ္ဘာကုန်တည်သ၍ ကွယ်ဟု သိချင်းများ စပ်ဆိုကြသည်။

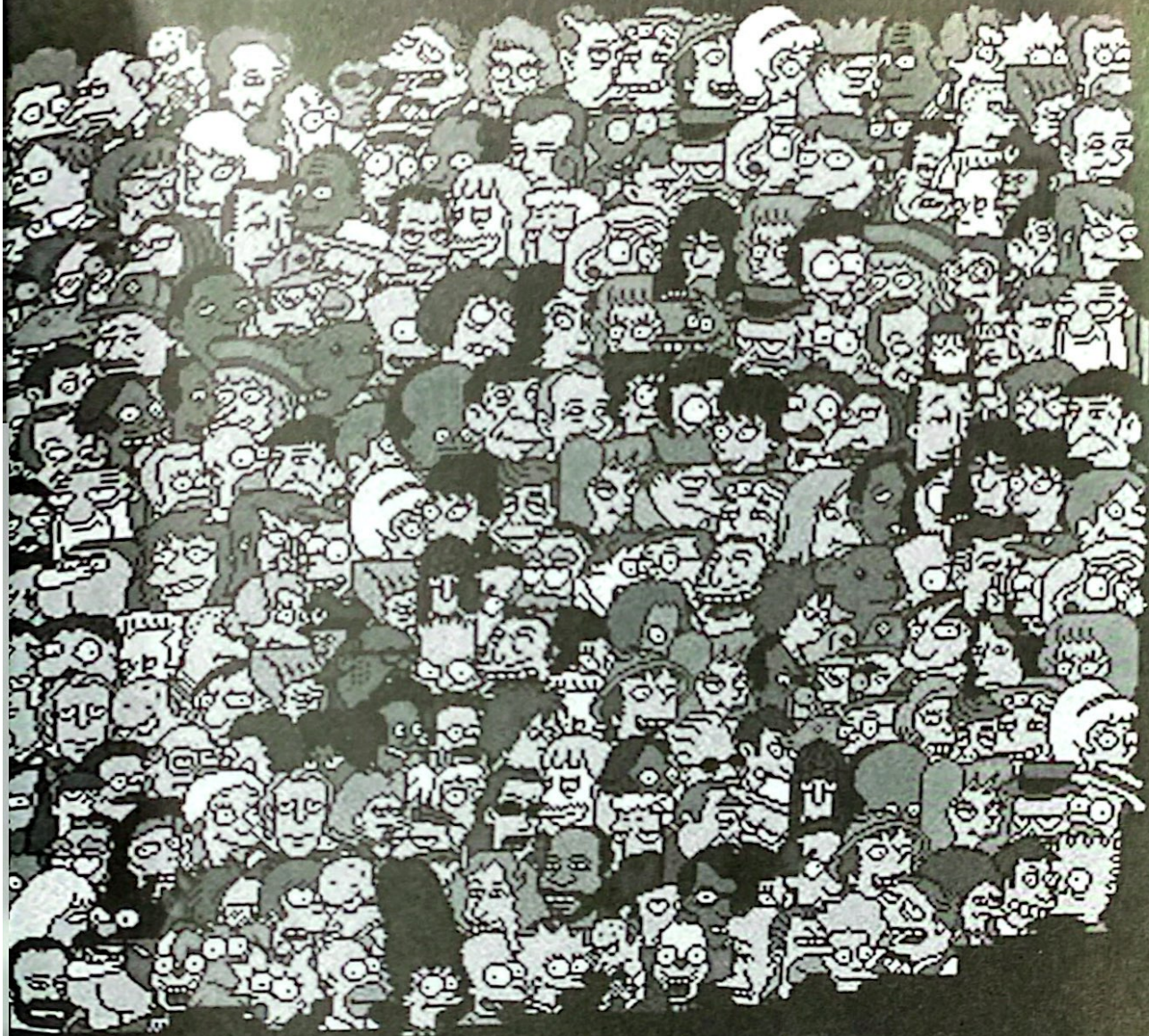
ကမ္ဘာပေါ်တွင် ပေါ်ပေါက်လာသော ရာသီဥတုများ၊ နေနှင့်ညများ၊ မြေလွှာ၊ ရေလွှာများပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်မှုများ၊ ကမ္ဘာမြေပေါ်တွင် သတ္တဝါတွေ ပေါ်ပေါက်လိုက်၊ ပျက်သုန်းလိုက် ဖြစ်မှုများ၊ သတ္တဝါတွေအဆင့်ဆင့် တိုးတက်ဖြစ်ပေါ်လာသောအခါ အဆင့်အမြင့်ဆုံး လူသတ္တဝါဖြစ်ပေါ်လာ အောင် နှစ်ပရိစ္ဆေဒကြာမြင့်စွာ လောကကြီးက စောင့်ဆိုင်းခဲ့ရသည်။ လူရိုင်းဘဝမှ အာကာသအတွင်းသို့ ချင်းနင်းဝင်ရောက်နိုင်တဲ့အတွက်လည်း နှစ်တွေ သန်းချီစောင့်ဆိုင်းခဲ့ရသည်။ ဤအမြင်သည် လူ့လောကကြီး ပေါ်ထွန်းစမှ ယခုခေတ်အထိ ကမ္ဘာဖြစ်စဉ်ကို တစေ့တစောင်းရှုမြင်ချက် ဖြစ်သည်။

ကမ္ဘာဖြစ်စဉ်ကို အသိဉာဏ်တိုးတက်လာမှု ရှုထောင့်က ကြည့်လျှင် လည်း လူသားသည် ကျောက်ခေတ်အသိဉာဏ်မှ စက်မှုအသိဉာဏ်၊ ယင်းမှ နည်းပညာခေတ် အသိဉာဏ်၊ သတင်းနည်းပညာခေါ် အိုင်တီခေတ်ကြီးအထိ တိုးတက်လာရန်နှစ်တွေ သောင်းချီစောင့်ဆိုင်းခဲ့ရသည်။ လူတစ်ဦးချင်း



ဆိုလျှင်လည်း ပုခက်ပေါ်အိပ်ပြီး မိခင်ကျွေးမှ စားရသော ကလေးဘဝမှ ကြီးကောင်ဝင်ပြီး လူအသိဉာဏ် အပြည့်ရဖို့အတွက် အနည်းဆုံး အနှစ်(၂၀)ခန့် စောင့်ဆိုင်းခဲ့ကြရသည်။ စောင့် ဆိုင်းခြင်းသည် လူ့သဘာဝ မေ့တာဖြစ်၍ စောင့် ဆိုင်းရသည်ဟု မထင်မြင်ခဲ့ကြပေ။

ထို့အတူပင် တရားဓမ္မများကို နားလည် ကျင့်သုံးရန်အတွက် ပါရမီဖြည့်ကြရသည်။ ပါရမီဖြည့်သည်ဆိုသည်မှာ အချိန်ကာလ သဘောပင်ဖြစ်သည်။ ပြည့်ဝလာအောင် အချိန် တွေကို စောင့်ဆိုင်းပြီး ပါရမီဖြည့်ရခြင်း ဖြစ် သည်။ ပါရမီဆိုသည်မှာ တစ်ဘဝနှင့်မပြီးဆုံး ဘဝများစွာ ဆက်လက် ပါရမီဖြည့်ရသည်။ ဘဝများစွာ စောင့်ဆိုင်းကြရသည်။



စောင့်ဆိုင်းခြင်းအတတ်ပညာ

မောင်ကျောက်တိုင်

သုမေဇာရှင်ရသေ့သည် ဒီပင်္ကရာဇာရားထံတွင် လောကကိုကယ်တင်ရန်အတွက် ဘုရားဆုပန်သည့်ဘဝမှ လေးသင်္ချေနှင့်ကမ္ဘာတစ်သိန်းကြာအောင် ပါရမီဖြည့်ရသည်။ လေးသင်္ချေနှင့်ကမ္ဘာတစ်သိန်းကြာအောင် စောင့်ဆိုင်းခဲ့ရသည်။ ဗုဒ္ဓ၏ဆွေမျိုးသားချင်းများနှင့် နောက်လိုက်သာဝကများသည်လည်း ဘဝများစွာ ပါရမီဖြည့်ခဲ့ရသည်ချည်းဖြစ်သည်ကို ထေရီ၊ ထေရာဂါထာများ ကျမ်းများတွင် ဖတ်ရှုရသည်။ ထို့ကြောင့် စောင့်ဆိုင်းမှုအတတ်ပညာတွင် ဗုဒ္ဓသည် ထိပ်ဆုံးကဖြစ်သည်ကို တွေ့ရသည်။

ဘဝများစွာစောင့်ဆိုင်းပြီး ပါရမီဖြည့်ခဲ့ရသည်ကို စာရေးဆရာကြီးဟာမင်ဟက်စ်က သဘောပေါက်သွား၍ သူရေးသောသိဒ္ဓတ္ထဝတ္ထု

တွင် ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမကို နာယူပြီးနောက် ဇာတ်ဆောင်သမဏသိဒ္ဓတ္ထက ဤသို့ထုတ်ဖော်ပြောသည်။

“ကျုပ်ကမ္မဋ္ဌာန်းထိုင်တတ်တယ် စောင့်ဆိုင်းတတ်တယ် ... နားထောင်ပါကမလော .. ရေထဲကို ကျောက်ခဲတစ်တုံး ပစ်ချလိုက်ရင် အဲဒီကျောက်တုံးဟာ စွတ်ခနဲ ရေအောက်မြုပ်သွားတယ် မဟုတ်လား။ သိဒ္ဓတ္ထအနေနဲ့လည်း ရည်မှန်းချက်တစ်ခုထားလိုက်ရင် ရေအောက်ရောက်သွားတဲ့ ကျောက်ခဲလိုပဲ ရေအောက်မှာ စောင့်ဆိုင်းနေတယ်။ လောကီကိစ္စဆိုတဲ့ ရေအောက်ကျသွားတဲ့ ကျောက်ခဲနဲ့တူတဲ့ သူ့ရဲ့ရည်မှန်းချက်ကို သူ့ဆီရောက်လာအောင် စောင့်ဆိုင်းရတယ်” အကယ်၍ လူတိုင်းလူတိုင်းသည်

စဉ်းစားတွေးတောနိုင်မည်ဆိုလျှင် မိမိရည်မှန်းချက်ကို ရောက်ရှိနိုင်မည် ဖြစ်သည်။

စာရေးဆရာကြီးတော်လ်စတွိုင်းက စစ်နှင့် ငြိမ်းချမ်းရေး ဂန္ထဝင်ဝတ္ထု ကြီးမှာ နပိုလီယန်၏ စစ်တပ်ကြီးက မော်စကိုမြို့တော်သို့ ဝင်ရောက်တိုက် ခိုက်သောအခါ ရုရှား စစ်သူကြီးကုတုဇောက ခုခံတိုက်ခိုက်သည်။ နပိုလီယန် သည် မော်စကိုမြို့ကို သိမ်းပိုက်နိုင်သော်လည်း စစ်ညောင်းလာပြီ ဖြစ်၍ စားရေးရိက္ခာ လက်နက်ခဲယမ်းတွေ အခက်အခဲဖြစ်လာသည်။ ထို့အပြင် အလွန်ကြမ်းတမ်းတဲ့ ရုရှားပြည် ဆောင်းရာသီကလည်း ဝင်ရောက်လာတော့ မည်ဖြစ်သည်။ ရုရှားဆောင်းရာသီကို စစ်ရေးအမြင်အရ ဆောင်းရာသီ ဗိုလ်ချုပ်ကြီးဟု ခေါ်ကြသည်။ နပိုလီယန်ရဲ့ အခက်အခဲတွေကိုသိမြင်တဲ့ ဗိုလ်ချုပ်ကုတုဇောဟာ ခွာစစ်ကိုထိန်းထားပြီး ဝင်ရောက်လာတော့မည့် ဆောင်းရာသီဗိုလ်ချုပ်ကြီးကို ခပ်လှမ်းလှမ်းက စောင့်ဆိုင်းနေသည်။ မကြာမီ မှာပင် ဆောင်းရာသီဥတုကို မခံနိုင်သော နပိုလီယန်ရဲ့တပ်တွေဟာ ပြင်သစ်သို့ တပ်ဆုတ်သွားရသည်။ ဗိုလ်ချုပ်ကုတုဇော၏ စောင့်ဆိုင်းမှုအတတ် ကျွမ်းကျင် မှုကြောင့် ဗိုလ်ချုပ်ကုတုဇော အောင်ပွဲခံရသည်ဟု ဆိုကြသည်။

မိမိရည်ရွယ်ချက်အောင်မြင်မှုအတွက် စောင့်ဆိုင်းရန်လိုသည်ကို သဘော ပေါက်သူရှိသကဲ့သို့ သဘောမပေါက်သူတွေလည်း ရှိသည်။ လောကတွင် အရာရာသည် သူ့အချိန်နှင့်သူ ဖြစ်ပေါ်ရသည်ကို နားမလည်နိုင်သူတွေက မဆင်မခြင်၊ ကမူးရှူးထိုး ငါ့မြင်းငါစိုင်း စစ်ကိုင်းရောက်ရောက် ထလုပ် တတ်သည်။ ဤသို့ တယူသန်တဖွတ်ထိုး လုပ်မှုကြောင့် နပိုလီယန်တို့ ဟစ်တလာတို့ ရှုံးပွဲတွေခံခဲ့ ရသည်မဟုတ်လော။ စင်စစ်အားဖြင့် နပိုလီယန် သာမက အမည်အားဖြင့် မဖော်ပြနိုင်သူအများအပြားဟာ လောကတိုက်ပွဲ မှာ ကျဆုံးသွားကြရတာတွေသည် စောင့်ဆိုင်းမှုအတတ်ပညာကို မလေ့လာ သောကြောင့်ဖြစ်သည်။

မြန်မာဗုဒ္ဓဘာသာများအနေဖြင့် ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမကို လိုက်နာမည်ဆိုပါက စောင့်ဆိုင်းမှု၊ ချုပ်တည်းမှုပညာကို ရှင်းလင်းလွယ်ကူစွာရနိုင်သည်။ သည်းခံ နိဗ္ဗာန်ရောက်ဟူသော စကားကို ငယ်ငယ်ကတည်းကပင် လူကြီးသူမများ နေ့စဉ်လို ပြောသံကို ကြားဖူးသည်။ သို့သော် သည်းခံသည်ဆိုသည်မှာ ဘာသာရေးကိစ္စ ဖြစ်သည်။ ငါနှင့်မဆိုင် လောကီနှင့်မဆိုင်ဟု အထင်ရောက် တတ်သည်။

လွန်ခဲ့သောအနှစ် (၂၀) ကျော်က သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်းကထုတ်ဝေသော ပို့စ်ကဒ်တစ်ခု ရဖူးသည်။ ဗုဒ္ဓက ရဟန္တာ(၅၀၀)ကို ဟောကြားခဲ့သော ဩဝါဒပါတိမောက် ဓမ္မစေတီ ကျောက်စာတော်ဟု ခေါင်းစဉ်ထိုးထားသည်။ ကျောက်စာ၏ထိပ်ဆုံးတွင် ‘လွန်စွာချုပ်တည်းမှုဟူသော သည်းခံခြင်းသည် အလွန်မြတ်သော အကျင့် ပေတည်း’ ဟု မြန်မာဘာသာဖြင့် ရေးထားသည်။ ဗုဒ္ဓစာပေများကို အတော် အတန်လေ့လာဖတ်ရှုဖူးသော်လည်း ဤဩဝါဒ ပါတိမောက်ကျမ်းစာကို သတိမပြုခဲ့မိပေ။ ယခု ဒေါက်တာဦးအောင်ကိုးပေးသော ပို့စ်ကဒ်ကို ဖတ် မိတော့မှ အလွန်နှစ်သက်မြတ်နိုးသွားသည်။ ထို့ကြောင့် ဩဝါဒပါတိမောက် ပို့စ်ကဒ်ကို ရုံးစားပွဲမှန်အောက်တွင် ထည့်ထားသည်။ စားပွဲတွင် ထိုင်လိုက်

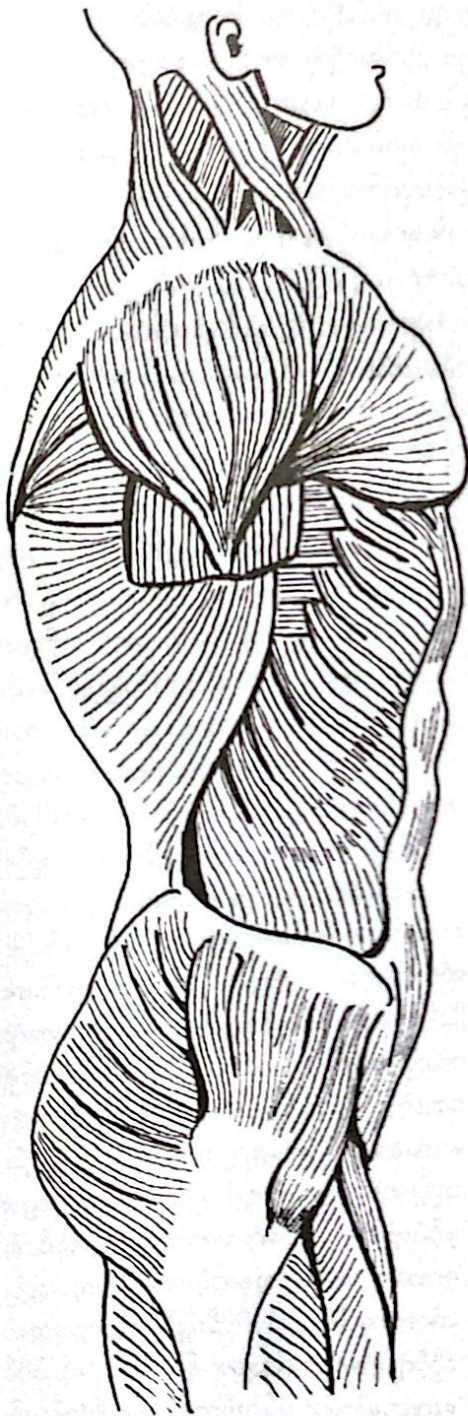
သည်နှင့် ပို့စ်ကဒ်ကို အရင်ဆုံးမြင်ရသည်။ နေ့စဉ်လိုမြင်ရဖန် များလာသောအခါ လွန်စွာ ချုပ်တည်းမှုဟူသော သည်းခံခြင်းသည် အလွန် မြတ်သော အကျင့်ဟူသော အဆုံးအမသည် ဦး နောက်တွင်းသို့ ဝင်ရောက်သွားသည်။ နှစ်တွေ အတော်ကြာသောအခါ ဦးနောက်အတွင်းမှ နေ၍ နှလုံးအတွင်းသို့ စိမ့်ဝင်သွားသည်။

သည်းခံခြင်းသည် အလွန်မွန်မြတ်သော တရားဟု ဦးနောက်က သိသော်လည်း နှလုံး သားအတွင်း မဝင်နိုင်သောကြောင့် သည်းခံရ မည်ဟူသော ဘုရား၏ဆုံးမစကားသည် ကျမ်း စာအုပ်အတွင်း၌ ပုန်းအောင်းနေရသည်။ နေရာ တကာတွင် အသိဉာဏ်ကိုသာ ဦးစားပေးလွန်း သဖြင့် နှလုံးအားနည်းလာပါသည်။ ညံ့ဖျင်းလာ သည်။ ထို့ကြောင့် လူတစ်ဦးချင်း ဆက်ဆံရေး မပြေပြစ်မှုများမှသည် နိုင်ငံတကာဆက်ဆံရေး မပြေပြစ်မှုများ ဆက်တိုက်ပေါ်ပေါက်လာသော အခါ ရှေးက I.Q တစ်ခုတည်းကိုသာ စံထားခဲ့ ရာမှ ယခုအခါတွင် E.Q ကိုပါစံထားလာရသည်။ အိုင်ကြူသည် ဉာဏ်ရည်သက်သက်သာ ဖြစ် သည်။ အီးကြူမှာ နှလုံးရည်၊ စိတ်နေစိတ်ထား စွမ်းရည်ဖြစ်သည်။ E သည် EMOTION ခေါ် စိတ်လိုက်မာန်ပါပြုမှုကို ရည်ညွှန်းသည်။

စိတ်လိုက်မာန်ပါပြုခြင်းသည် စောင့်ဆိုင်းမှု မရှိခြင်း၊ ချုပ်တည်းမှုကင်းမဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ ဉာဏ်ရည်သည် စိတ်၏ အရည်အသွေးတစ်ဝက် မျှသာဖြစ်သည်။ ကျန်တစ်ဝက်မှာ နှလုံးရည် ခေါ် စိတ်ဓာတ်စွမ်းရည်ဖြစ်သည်။ ဉာဏ်ရည်နှင့် အီးကြူ ခေါ် နှလုံးရည်ပါ ပြည့်စုံမှသာလျှင် လူ့စိတ်စွမ်းရည်ကို အပြည့်အဝရရှိမည် ဖြစ်ပေ သည်။

ဤသို့စိတ်စွမ်းရည် အပြည့်အဝရရှိသော အခါ ဩဝါဒပါတိမောက်လာ ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမ စကားသည် လောကုတ္တရာကိစ္စကိုသာမက လောကီကိစ္စ မိမိရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ဖို့ အတွက် အကျိုးများသည်ကို လက်တွေ့သိမြင် လာမည် ဖြစ်ပေသည်။

■
မောင်ကျောက်တိုင်



သင်သည် တစ်ခါတစ်ရံ မိမိကိုယ်မိမိ သတိမထားမိဘဲ ကြွက်သားများ လှုပ်ရှားသွားတတ်ပါသလား။ တစ်ခုခုနှင့် ထိလိုက်မိလျှင် နာကျင်သွားတတ်ပါသလား။ တစ်ခါတစ်ရံ စိုက်ထားသော သွားများမှ ကျင်သွားဖူးပါသလား။ ဤသို့ဖြစ်ရသည်မှာ သတ္တဝါများ၏ ကိုယ်တွင်းသို့ လျှပ်စစ်၏စီးဝင်ခြင်း (သို့မဟုတ်) ဂါဗာနစ်ဇင်၏ကြောင့် ဖြစ်လေသည်။

လျှပ်စစ်ဓာတ်အားစီးကြောင်းသည် ဝါယာတစ်လျှောက် စီးဆင်းသွားနိုင်ကြောင်းကို ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့ကြသော်လည်း ၁၈၀၀ ခုနှစ်ခန့်လောက်အထိ ကောင်းစွာပေါ်လွင် ထင်ရှားခြင်း မရှိသေးပေ။ ထိုလျှပ်စစ်စီးခြင်းကြောင်းကို စတင်တွေ့ရှိခဲ့သူမှာ ဂျာမဏီပြည်၊ ဘိုလော့ဂနာမှ ခန္ဓာဗေဒပါမောက္ခ လွိုဂီဂါဗာနီဖြစ်ပြီး ၁၇၈၉ ခုနှစ်တွင် အမှတ်မထင် တွေ့ရှိခဲ့ပေသည်။

တစ်နေ့တွင်ဖြစ်သည်။ ဂါဗာနီသည် ဖားတစ်ကောင်ကို လျှပ်စစ်ဓာတ်အားထုတ်စက်အနီးရှိ စားပွဲပေါ်တွင် ခွဲစိတ်လေ့လာနေခဲ့သည်။ တစ်ကြိမ်တွင် သူ၏လက်ထောက်သည် သံမဏိခွဲစိတ်ပစ္စည်းတစ်ခုဖြင့် ဖား၏အာရုံကြောတစ်ခုကို ထိလိုက်မိရာ ဖား၏ခြေထောက်တစ်ဖက်သည် ကန်ကြောက်လိုက်သည်။ ဂါဗာနီသည် ဤသို့ဖြစ်ရသည်မှာ လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ထုတ်စက်ကြောင့် ထင်ခဲ့ပြီး ကောင်းကင်မှ လျှပ်စီးလက်လျှင်လည်း အလားတူ ဖြစ်နိုင်လောက်သည်ဟု တွေးဆခဲ့သည်။ သို့အတွက် သူသည် ဖားအသေများကို ကြေးချိတ်ဖြင့် သံဖြင့်လုပ်ထားသော သူ၏ ဝရံတာတွင် ချိတ်ပြီး မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသောအချိန်တွင် စောင့်ကြည့်ခဲ့ရာ လျှပ်စီးလက်လျှင် ဖားအသေများ လှုပ်ရှားသွားသည်ကို တွေ့ခဲ့ရသည်။

ဂါဗာနီသည် ခွဲစိတ်ထားသော ဖားများကို လျှပ်စစ်ဓာတ်ဖြင့် ဆက်လက် စမ်းသပ်ခဲ့ရာ အဖြေမှန်ကို အနီးစပ်ဆုံး သိရှိလာခဲ့ပေသည်။ သူသည် လျှပ်စစ်လှုံ့ဆော်မှုကြောင့် ကြွက်သားများ လှုပ်ရှားနိုင်ကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့သည်။ သူ၏ ဝရံတာတွင် ချိတ်ဆွဲထားသော ဖားများသည် လျှပ်စီးလက်လျှင် လှုပ်ရှားခြင်းသည် ထူးခြားမှုတစ်ခုဖြစ်သည့်အပြင် ခြောက်သွေ့သော နေရောင်ခြည်အောက်တွင်လည်း လှုပ်ရှားတတ်ကြောင်း တွေ့ခဲ့ရသည်။ သူ အထူးဂရုပြုမိသည့် အချက်မှာ ဖားများ၏ ကြွက်သားများသည် လေကြောင့် ရွှေ့ရမ်းပြီး ဝရံတာ၏ သံတန်းများနှင့် ထိသောအခါတွင်လည်း လှုပ်ရှားတတ်ကြောင်း ပင်ဖြစ်သည်။

ဂါဗာနီ ကောက်ချက်ချခဲ့သည်မှာ ကြွက်သားများ လှုပ်ရှားခြင်းသည် မတူညီသော သတ္တုနှစ်ခုဖြစ်သော ကြေးနှင့် သံတို့မှ ကြွက်သားများနှင့် အာရုံကြောများအကြား လျှပ်စစ်စီးသွားမှုကြောင့်ဖြစ်သည်ဟူ၍ ဖြစ်သည်။

သူသည် ကြွက်သားများနှင့် အာရုံကြောများသည် လျှပ်စစ်ဖြင့် လှုံ့ဆော်မှု ပြုနိုင်ကြောင်းကို ဆိုခဲ့ပေသည်။ ထိုဖြစ်ပျက်မှု

ခန္ဓာကိုယ်မှ လျှပ်စစ်ဓာတ် စေ့ဆော်မှု

ခန့်.ညား

ကို ခန္ဓာကိုယ်မှ လျှပ်စစ်ဓာတ်စေ့ဆော်မှု (သို့မဟုတ်) ဂါဗာနစ်ဇင် ဟု ခေါ်ဆိုခဲ့ပေသည်။

ခန့်.ညား

ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံတော်အတွင်းရှိ ပြည်သူလူထုအတွင်းတွင် အဖြစ်များသော ရောဂါများ အနက် သွားနှင့် ခံတွင်းရောဂါများလည်း တစ်ခုအပါအဝင်ဖြစ်ပါသည်။ အဖြစ်များသော သွားနှင့် ခံတွင်းရောဂါများတွင် (၁) သွားပိုးစားရောဂါ (Dental caries) (၂) သွားဖုံးရောင်ရောဂါ (Periodontal diseases) (၃) ခံတွင်းကင်ဆာဖြစ်စေတတ်သော အဖုအကျိတ် အကွက်အနာများ (Precancerous lesions such as leukoplakia, erythroplakia, sub mucocous fibrosis နှင့် lichenplanus) ကဲ့သို့သောရောဂါများနှင့် (၄) ခံတွင်းကင်ဆာရောဂါ (Oral cancers) များပင်ဖြစ်ပါသည်။

သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါများ ဖြစ်ပွားမှုများပြားရခြင်းအကြောင်းများမှာ -

- (၁) ပြည်သူလူထုအတွင်း သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုအသိပညာ နည်းပါးခြင်း။
- (၂) ပြည်သူလူထုနှင့် သွားဆရာဝန်အချိုးအစား ကွာဟမှု ရှိခြင်း။
- (၃) သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါများသည် အခြားသောရောဂါများကဲ့သို့ ချက်ချင်းနာကျင်ကိုက်ခဲပြီး အသက်အန္တရာယ်ဖြစ်စေသော ရောဂါများမဟုတ်ဘဲ တဖြည်းဖြည်းနှင့် အချိန်ကာလ



သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေး မိမိကိုယ်တိုင်စစ်ဆေးသန့်ရှင်းပေး ဒေါက်တာကျော်ညွန့်

- ကြာရှည်မှသာ ဒုက္ခပေးတတ်သဖြင့် ပေါ့ပေါ့ဆဆထားပြီး ဂရုမစိုက်ခြင်း။
- (၄) ရောဂါဖြစ်ပွားလာပါက တတ်ကျွမ်း နားလည်သော သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်များဖြင့် စောစီးစွာ ပြသ ကုသမှုခံယူခြင်းမရှိဘဲ ဆေးမီးတိုများ ဖြင့် ဖြစ်သလို ကုသကြခြင်းနှင့် ကိုယ်ခံစွမ်းအား ကောင်းပါက၊ အလိုလို နာကျင်မှုများ ပျောက်သွား တတ်ခြင်းတို့ကြောင့် ရောဂါများ ဖြစ် ပွားမှုနှုန်းများပြားရခြင်းဖြစ်ပေသည်။

ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံတော်တွင် သွား ဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်မှ သွားဘက်ဆိုင် ရာဆရာဝန်ပေါင်း (၁၄၀၀) ကျော် မွေးထုတ်ပေး ပြီးဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့အနက်မှ ကျန်းမာရေး ဝန်ကြီးဌာန၊ ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန အောက်ရှိ ဆေးရုံကြီးများ၊ ခရိုင်၊ မြို့နယ်ဆေးရုံများ၊ ဒေသန္တရကျန်းမာရေးဌာနများနှင့် ကျောင်း ကျန်းမာရေးဌာနများတွင် ပြည်သူလူထု၏ သွား နှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်း များအား တာဝန်ယူစောင့်ရှောက်နေသူ သွား ဆရာဝန်ပေါင်း (၃၈၁) ဦးရှိပြီး ကျန်သွားဘက် ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်များမှာ ပြင်ပတွင် ကိုယ်ပိုင် ဆေးကုခန်းများ ဖွင့်လှစ်ကာ တစ်ဖက်တစ်လမ်း

မှ ပြည်သူလူထု၏ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများကို တာဝန်ယူဆောင်ရွက် လျက် ရှိပေသည်။

လက်ရှိနေအထားအရ မြန်မာနိုင်ငံတွင် သွားဘက်ဆိုင်ရာဆရာဝန်နှင့် ပြည်သူလူထုအချိုးအစား မှာ အနည်းငယ် ကွာဟလျက်ရှိရာ ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနသည် သွားဘက်ဆိုင်ရာဆရာဝန်များ ပိုမိုတိုးတက်ထုတ်လုပ်ရေးအတွက် အထက်မြန်မာပြည် မန္တလေးမြို့တွင် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေး တက္ကသိုလ်တစ်ခုကို ထပ်မံတိုးချဲ့ခဲ့ပေသည်။

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်နှစ်ခုမှ နှစ်စဉ် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန် (၄၀)ခန့် ထုတ် လုပ်ပေးမည်ဖြစ်ရာ နောင်မကြာမီနှစ်များအတွင်း ပြည်သူလူထုနှင့် သွားဆရာဝန်အချိုးအစား ကွာဟမှု

နည်းပါးပြီး ပြည်သူလူထု၏ သွားကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများကို ယခုထက်ပိုမို တိုးတက်ကျယ်ပြန့်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်တော့မည် ဖြစ်ပေသည်။

လက်ရှိထုတ်လုပ်ထားသော သွားဘက် ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ဦးရေသည် မြို့နေပြည်သူလူထု အတွက် လုံလောက်သော သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးနိုင်သော်လည်း ကျေးလက်ဒေသပြည်သူများအထိ စောင့်ရှောက်မှု ပေးနိုင်ရန် လိုအပ်လျက်ပင် ရှိနေပေသေးသည်။

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့သည် ဆေးကုမ္ပဏီများနှင့် ပူးပေါင်း၍ သုတေသနပြုလုပ်ရာ သွားပိုးပေါက်များကို လွယ်ကူစွာ သွားဖာထေးနိုင်သည့် galss ionomer ခေါ် ဆေးတစ်မျိုးကို တီထွင် ထုတ်လုပ်နိုင်ခဲ့ပါသည်။ ၎င်းဆေးဖြင့် သွားများကို စောစီးစွာ ဖာထေးရာတွင် ကြီးမားသည့် သွားကုစက်ခံများ၊ လျှပ်စစ်များသုံးရန်မလိုဘဲ လက်ဖြင့် ကိုယ်တွယ်အသုံးပြုရသော ကိရိယာ အသေးအဖွဲ့များဖြင့် ကျေးလက်ဒေသများထိ သွားရောက်ကာ သွားများကို လွယ်ကူစွာ ဖာထေးနိုင်ပြီဖြစ်ပါသည်။ သို့ပါ၍ သွားများ ပိုးစားနေသည့်တိုင် စောစီးစွာ ဖာထေးထားခြင်းဖြင့် သွားများ ပျက်စီးခြင်းမှ ကာကွယ်နိုင်ပြီဖြစ်ပေသည်။ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ကြီး၏ သုတေသနပြုချက်အရ သွားနှင့် ခံတွင်းရောဂါများသည် ကြိုတင်ကာကွယ်၍ရသော ရောဂါများ ဖြစ်ကြောင်း၊ သွားနှင့်ခံတွင်းကို သန့်ရှင်းစွာထားခြင်းဖြင့် (Teeth for life) သွားများ ရာသက်ပန် ခိုင်ခံ့နိုင်မည်ဖြစ်ကာ သွားရောဂါဖြစ်ပွားမှုများ လျော့နည်းကျဆင်းသွားမည် ဖြစ်ပေသည်။ ၎င်းပြင် အထူးပြုလုပ်ထားသော သွားကုစက်ခံများ၊ လျှပ်စစ်များ မလိုအပ်တော့သဖြင့် ကျေးလက်တောရွာအထိ သွားနှင့်ခံတွင်းကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်းများကို လွယ်ကူထိရောက်စွာ ဆောင်ရွက်နိုင်ပြီဖြစ်ပေသည်။

နိုင်ငံတော်အစိုးရသည် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် လုပ်ငန်းစဉ်ကြီး (၅) ရပ် ချမှတ် အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက် လျက်ရှိရာ ကျေးလက်ပြည်သူများ ကျန်းမာရေး ဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရေးသည်လည်း လုပ်ငန်းစဉ် တစ်ရပ်အနေဖြင့် ပါဝင်ခဲ့ပါသည်။ ခန္ဓာကိုယ် တစ်ခုလုံး ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေးအတွက် သွားနှင့် ခံတွင်း ကျန်းမာရေးသည်လည်း အဓိကကျသည်

ဖြစ်ရာ ကျန်းမာရေး ဦးစီးဌာန၊ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်အောင် ကျေးလက်ပြည်သူများအတွက် ပဏာမ သွားနှင့်ခံတွင်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု စီမံချက်ကို ရေးဆွဲကာ အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။ ၎င်းစီမံချက်အရ ကျေးလက် ဒေသနေ ပြည်သူလူထုအား တကယ်တမ်း ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ပေးနေသော လက်ထောက်ကျန်းမာရေးမှူးများ၊ ကျန်းမာရေးဆရာမကြီး များ၊ သားဖွားဆရာမများ၊ ကျန်းမာရေးကြီးကြပ်များအား သွားနှင့် ခံတွင်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် သက်ဆိုင်သော ဘာသာရပ်များအား စာတွေ့၊ လက်တွေ့ သင်ကြားပို့ချကာ တာဝန်ယူဆောင်ရွက်စေလျက်ရှိပါသည်။

ယခုအခါ မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းရှိ မြို့နယ်များတွင် ပဏာမ သွားနှင့် ခံတွင်း ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု စီမံချက်ကို အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိရာ -

- ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့၏ အထောက်အပံ့ဖြင့် ဆောင်ရွက်သော မြို့နယ် ၅၉ မြို့နယ်။
- ဗွေမြူရေးနှင့်ရေလုပ်ငန်းဝန်ကြီး၏ စည်းရုံးဦးဆောင်မှုဖြင့် ပြည်ထောင်စုကြံ့ခိုင်ရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးရေးအသင်းတို့နှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရသော မြို့နယ် ၉ မြို့နယ်။
- ရခိုင်ပြည်နယ် မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးအသင်းတို့နှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်သော မြို့နယ် ၄ မြို့နယ်၊ စုစုပေါင်း ၇၂ မြို့နယ်တွင် အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ပြီး ဖြစ်ပေသည်။

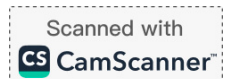
သွားနှင့်ခံတွင်းရောဂါများသည် ကာကွယ်၍ရသည့်ရောဂါများဖြစ်ရာ ပြည်သူလူထုအတွင်း မိမိ၏သွားနှင့် ခံတွင်းကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကို ပိုမိုအာရုံစိုက်စေနိုင်ရန်လည်းကောင်း၊ တော်ရုံ၏တန်ရုံကိစ္စများတွင် သွားဆရာဝန်များအား ပြသရန်မလိုအပ်ဘဲ မိမိဘာသာ မိမိခံတွင်းကို စစ်ဆေးနိုင်ရန်လည်းကောင်း၊ မိမိခံတွင်းကို စောစီးစွာ စစ်ဆေးခြင်းဖြင့် ရောဂါများ တွေ့ရှိပါက သွားနှင့် ခံတွင်းဆိုင်ရာ ဆရာဝန်များအား စောစီးစွာ ပြသကုသနိုင်ရန်အတွက် ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန သွားနှင့်ခံတွင်း ဌာနစိတ်သည် မိမိခံတွင်းကို မိမိဘာသာစစ်ဆေးခြင်း (Oral Self Examination) လက်ကမ်းစာစောင်များကို ထုတ်လုပ်လျက် ပြည်သူတို့အတွင်း ဖြန့်ဝေပညာပေး ဆောင်ရွက်သွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

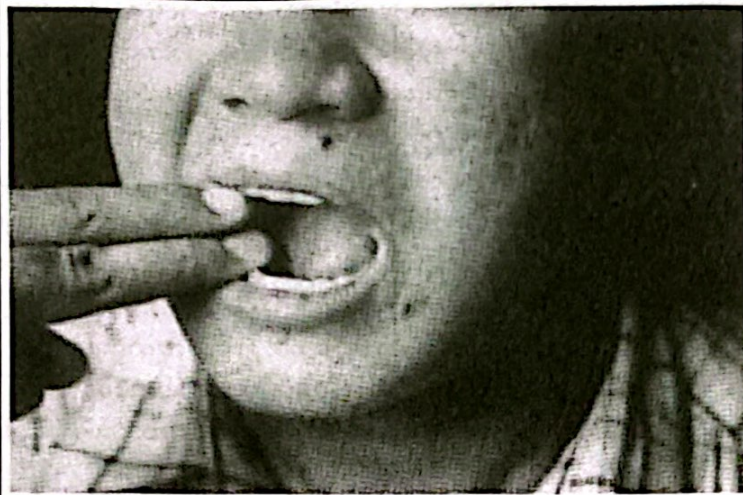
မိမိခံတွင်းကို မိမိကိုယ်တိုင် စစ်ဆေးခြင်းနည်းလမ်းများ

- ၁။ မိမိခံတွင်းကို မိမိကိုယ်တိုင်စစ်ဆေးရာတွင် မတ်တပ်ရပ်၍ စစ်ဆေးရမည်ဖြစ်သည်။
- ၂။ အသင့်အတင့်ကြီးပြီး ကြည်လင်သောမှန်ချပ်ကို အလင်းရောင် ရှိသော နေရာတွင် စစ်ဆေးမည့်သူ၏မျက်နှာနှင့် တည့်တည့် ချိတ်ဆွဲထားရမည် ဖြစ်ပေသည်။
- ၃။ ခံတွင်းကို စစ်ဆေးပါကလည်း အလင်းရောင်ဘက်သို့ မျက်နှာလှည့်၍ လုံလောက်သော အလင်းရောင်ဖြင့် စစ်ဆေးရမည်ဖြစ်ပေသည်။

စစ်ဆေးခြင်းများ

စစ်ဆေးမည့်သူသည် အလင်းရောင်ရှိသည့် မှန်ရှေ့၌ ရပ်ကာ မိမိခံတွင်းအတွင်းရှိ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းအားလုံးကို စစ်ဆေးရမည် ဖြစ်ပါသည်။



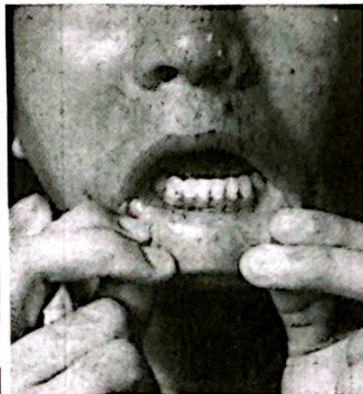


(၁) ပါးစပ်ဟနိုင်း၊ မဟနိုင်း စစ်ဆေးခြင်း

မိမိပါးစပ်ပေါက်အား ခါတိုင်းကဲ့သို့
အပြည့်အဝ ဟနိုင်း၊ မဟနိုင်း၊
မေးရိုးအဆစ်လွဲခြင်း၊ သွားများအံ့မကျခြင်း
များ ယခင်အခါ များကဲ့သို့ အစာများ
ဝါးနိုင်၊ မဝါးနိုင် စစ်ဆေးရမည်။



အပေါ်နှုတ်ခမ်း



အောက်နှုတ်ခမ်း

(၂) သွားများကို စစ်ဆေးခြင်း

(က) အောက်သွားများကို စစ်ဆေးခြင်း - မိမိ၏
ဘယ်ညာလက်နှစ်ဘက်မှ လက်မနှင့် လက်ညှိကို အသုံးပြု၍
အောက်နှုတ်ခမ်းကိုဖြုတ်ပါ။ အောက်မေးရိုးရှိ ရှေ့သွားများ
ဘေးသွားများနှင့် အံ့သွားများကို စစ်ဆေးရမည်။ ယင်းသို့
စစ်ဆေးရာတွင် ရှေ့သွားများ၏ရှေ့ဘက် အပြင်မျက်နှာပြင်၊
အတွင်းမျက်နှာပြင်များ၊ အစာဝါးသည့် အပေါ်မျက်နှာပြင်

သွားဖုံးနှင့်ထိစပ်နေသော သွား၏
လည်ပင်းပိုင်း သွားအခြေများတွင် အစာများ
တွယ်နေမှုရှိ၊ မရှိ။ plague ခေါ်
သွားချေးများနှင့် ကျောက်များရှိ၊ မရှိ။
သွားပိုးစားပေါက်များ ရှိ၊ မရှိ။ သွားဖုံးများ
ရောင်ရမ်းနေခြင်း၊ ရိစားနေခြင်း ရှိ၊ မရှိ။
အမဲစက်များနှင့် အရေးအကြောင်းများ ရှိ၊
မရှိ။ နာကျင်သောနေရာများ ရှိ၊ မရှိ။
ကွဲအက်၍ ပဲ့သော၊ ကျိုးသောသွားများ ရှိ၊
မရှိ စစ်ဆေးရပါမည်။

(ခ) အပေါ်သွားများကို စစ်ဆေးခြင်း -

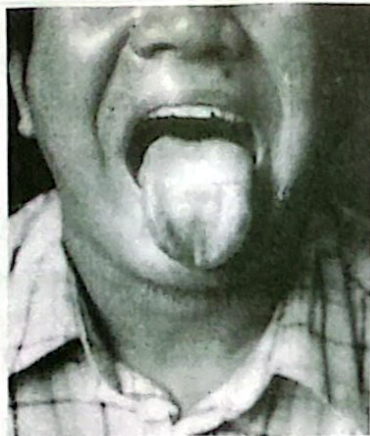
မိမိ၏ အပေါ်သွားများကိုလည်း မိမိ၏
ဘယ်နှင့်ညာ လက်နှစ်ဖက်မှ လက်မနှင့်
လက်ညှိကို အသုံးပြုကာ အပေါ်နှုတ်ခမ်း
ဖြုတ်ကာ အထက်ပါအတိုင်း အောက်သွားများ
စစ်ဆေးသည့်အတိုင်း
စစ်ဆေးရမည်ဖြစ်ပေသည်။

၃။ သွားဖုံးများ စစ်ဆေးခြင်း

သွားများ၏ မျက်နှာပြင်အားလုံးကို စစ်ဆေးပြီးပါက
သွားများ၏ အခြေရှိ သွားဖုံးကို စစ်ဆေးရမည်
ဖြစ်ပေသည်။ သွားဖုံးများ၏ ပင်ကိုမူလအရောင်မှာ
ပန်းရောင်ဖျော့ဖျော့ဖြစ်သဖြင့် ရောင်ရမ်းလာပါက
နီမြန်းပြီး ထိခိုက်မိသော သွားများ
ထွက်တတ်ပါသည်။ သို့ပါ၍ သွားဖုံးများ
ရောင်ရမ်းမှု ရှိ၊ မရှိ။ သွားအခြေတွင် ကျောက်များ၊
အညစ်အကြေးများ ရှိ၊ မရှိ။ ပြည်တည်နေခြင်း ရှိ၊
မရှိကို သွားဖုံးသားတချို့အား
ဖိနှိပ်စစ်ဆေးရပါမည်။

၄။ ပါးစောင်များ နှုတ်ခမ်းများကို စစ်ဆေးခြင်း

ပါးစောင်များ၊ နှုတ်ခမ်းများကို စစ်ဆေးရာတွင် မိမိ၏ နှုတ်ခမ်းများအား မိမိရေ ကိုယ်တွယ်၍ဖြုတ်ကာ ဘယ်ဘက်၊ ညာဘက် ပါးစောင်အတွင်းသားများ၊ နှုတ်ခမ်းအတွင်းသားများကို ရှေ့မှနောက်ထိ ပတ်ပတ်လည် အနာခွက်များ၊ ရေအိတ်များ၊ အဖြူကွက်၊ အနီကွက်များနှင့် ပန်းကော်ဖီကဲ့သို့သော အလုံးအကျိတ်များ ရှိ၊ မရှိ စစ်ဆေးရမည်ဖြစ်ပါသည်။



လျှာ



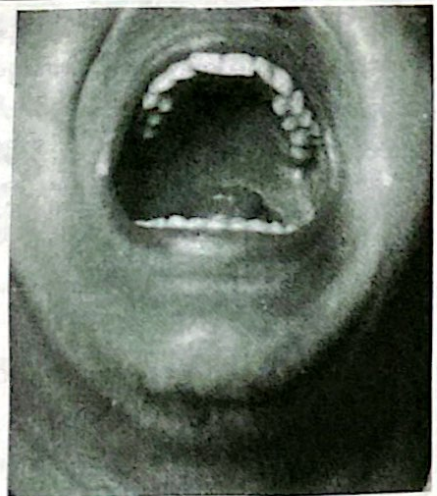
လျှာအောက်ဖက်

၅။ လျှာကို စစ်ဆေးခြင်း

လျှာကို စစ်ဆေးရာတွင်လည်း ပါးစပ်ကို ကျယ်ကျယ်ဟ၍ လျှာ၏အပေါ်မျက်နှာပြင်၊ လျှာကိုအပေါ်သို့ဟ၍ လျှာ၏အောက် မျက်နှာပြင်လျှာကို ဘယ်ညာလိုမ့်၍ လျှာ၏ ဘယ်ညာဘေးဘက် မျက်နှာပြင်များ၊ လျှာအဖျား၊ လျှာအရင်းများကို ကြည့်ရှုကာ အမှေးပါးများ ရှိ၊ မရှိ။ အဖြူကွက်၊ အနီကွက်နှင့် အလုံးအကျိတ်များ ရှိ၊ မရှိ စစ်ဆေးရမည်ဖြစ်ပါသည်။

၆။ အာခေါင်ကို စစ်ဆေးခြင်း

အာခေါင်ကို စစ်ဆေးရာတွင်လည်း ပါးစပ်ကို ကျယ်လောင်စွာ ဟ၍ အာခေါင်၏အရှေ့ပိုင်း (hard palate) နှင့် နောက်ပိုင်း (soft palate) တို့ကို သေချာစွာ ကြည့်ရှုစစ်ဆေးရပါမည်။ အကွက်များ မာကျောသော အဖုလုံးကလေးများ ရှိ၊ မရှိ စစ်ဆေးရပါမည်။



အထက်ပါအတိုင်း ခံတွင်းအတွင်းရှိ အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်း အားလုံးကို (၃) လလျှင် တစ်ကြိမ် ခန့် ကြည့်ရှု စစ်ဆေးရမည်ဖြစ်ပါသည်။

မိမိသွားများတွင် သွားပိုးစားရောဂါ လက္ခဏာများဖြစ်သော တွင်းများ၊ ချိုင့်များတွေ့ရှိက သော်လည်းကောင်း၊ သွားဖုံးများ ရောင်ရမ်းနေ ပါကလည်းကောင်း၊ အခြားသောအကွက်များ၊ အနာခွက်များ၊ အဖုအကျိတ်များ တွေ့ရှိပါက သွားဆရာဝန်ထံ စောစီးစွာ ပြသကုသခြင်းဖြင့် စောစီးစွာ ကုသမှုရရှိ၍ ရောဂါဝေဒနာပြင်းထန် စွာ ခံစားရခြင်းမျိုးမှ ရှောင်ကြဉ်နိုင်မည် ဖြစ်ပါ သည်။

ယခုအခါ ကမ္ဘာနှင့်အဝှမ်းတွင် သွားရောဂါ ကုသမှုများနှင့် ပတ်သက်၍ အသစ်အဆန်း ပစ္စည်းများ ပေါ်ထွက်လျက်ရှိပြီး သွားကုသ စရိတ်များ ကြီးမြင့်လျက်ရှိရာ မိမိ၏ မူလသွား သည်သာ အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပေသည်။ သို့ပါ၍ မိမိ၏ နဂိုမူလသွားများကို ကြာရှည်ခိုင်ခံ့အောင် ကာကွယ်ရမည်ဖြစ်ပေသည်။ သွားနှင့် ခံတွင်း ရောဂါကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းများမှာလည်း များစွာခဲယဉ်းလှသည် မဟုတ်ပေ။ ခံတွင်းကို သန့်ရှင်းစွာထားခြင်းဖြင့် သွားရောဂါများကို တား ဆီးနိုင်မည်ဖြစ်ပေသည်။ ခံတွင်းသန့်ရှင်းစေရန် အစာစားပြီးတိုင်း ပါးစပ်ကို ပလုတ်ကျင်း ဆေး ကြောခြင်း၊ သွားတိုက်ခြင်း၊ အချိုလွန်သော အစားအစာများကို လျော့ပေါ့စားသောက်ခြင်း၊ သွားကို အားပေးသော Calcium, Vit D, Vit C နှင့် B complex များ စားသုံးခြင်းဖြင့်လည်း သွားရောဂါများကို လွယ်ကူစွာ ကာကွယ်နိုင်ပြီ ဖြစ်ပေသည်။

သို့ပါ၍ ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန၊ သွားနှင့် ခံတွင်းဌာနစိတ်သည် ပြည်သူလူထု၏ သွားနှင့် ခံတွင်း ကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်စေရေးကို ရှေ့ရှု ၍ ပိုစတာများ၊ လက်ကမ်းစာစောင်များအပြင် ပြည်သူလူထုအတွင်း မိမိတို့ ခံတွင်းကို မိမိတို့ ဘာသာ ပိုမိုဂရုစိုက်လာအောင် မိမိခံတွင်းကို မိမိ ကိုယ်တိုင် စစ်ဆေးခြင်းနည်းလမ်းများကိုလည်း ပြည်သူလူထုအတွင်း ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ရောက် ရှိအောင် စာစောင်များအဖြစ် ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေ ဖြန့်ချိသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

ပြည်သူလူထုအပေါင်း သွားနှင့် ခံတွင်း ရောဂါများ ကင်းဝေးနိုင်ကြပါစေ။ ■

ဒေါက်တာကျော်ညွန့်
ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန

သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ်၊ ရန်ကုန်တွင် ပညာသင် ရောက်ရှိ လာကြသော၊ ကျောင်းသူ/သားအနက် အချို့မှာ ဆင်းရဲနွမ်းပါးကြသော် လည်း အခက်အခဲများကို ရုန်းကန်၍ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးပညာ သင်ကြားလိုသော ရည်မှန်းချက် ကြီးမားသည့် ကျောင်းသူ/သားများ၏ ပညာရေးရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ရေးအတွက် သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေး တက္ကသိုလ်၊ ပါမောက္ခချုပ်၏ ဦးဆောင်မှုဖြင့် ပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေး ရွေးချယ်ရေးအဖွဲ့ကို အောက်ပါပုဂ္ဂိုလ်များဖြင့် ဖွဲ့စည်းခဲ့ပါသည်။

ဤအဖွဲ့တွင် ပါမောက္ခချုပ်ပါမောက္ခ ဒေါက်တာဘမြင့်မှ ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် ဆောင်ရွက်ပြီး၊ ၃-ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် ပါမောက္ခ ဦးသိန်းထွဋ်မှ ဆောင်ရွက်ကာ၊ ဌာနအသီးသီးမှ ပါမောက္ခ/ဌာနမှူးနှင့် ကထိက/ဌာနမှူးများမှ၊ အဖွဲ့ဝင်အဖြစ် ပါဝင်ကြပြီး၊ အတွင်းရေးမှူးအဖြစ် လက်ထောက် မော်ကွန်းထိန်း ဒေါ်ကြည် ကြည်မင်းက ဆောင်ရွက်ပါသည်။

အဖွဲ့၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ-

၁။ အခြေခံပညာအထက်တန်းအောင်ပြီး နိုင်ငံတော်မှ ချီးမြှင့်သော တက္က သိုလ်ပညာသင် ထောက်ပံ့ကြေး မရရှိသော ကျောင်းသား/ကျောင်း သူများ။

၂။ မိဘမှာ ဆင်းရဲနွမ်းပါးပြီး စာတော်သော ကျောင်းသား/သူများ။

၃။ တက္ကသိုလ် ပညာသင်ကြားနေရင်း အခြေအနေအရ ပညာ ဆက်လက် သင်ကြားရန် အခက်အခဲ ကြုံတွေ့နေရသော ကျောင်းသူ/သားများ။

၄။ ပထမနှစ်မှစ၍ စာတော်ပြီး ကြိုးစားသော ကျောင်းသူ/သားများ အတွက် ဆရာ/ဆရာမများနှင့် ဌာနများ၏ ပညာရည်ချွန်ဆုပေးရန် သင့်တော်သူများ။

စသည့်အချက်များအပေါ် မူတည်၍ အဖွဲ့သည် ပညာသင်ထောက်ပံ့ ကြေးပေးရန် လျှောက်ထားလာကြသော ကျောင်းသူ/သားများကို စနစ် တကျ စိစစ်ရွေးချယ် ချီးမြှင့်ပေးပါသည်။

ပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေးကို အသင်းအဖွဲ့အနေဖြင့် သော်လည်း ကောင်း၊ လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်းမှလည်းကောင်း၊ ဆရာ/ဆရာမများ စုပေါင်း လှူဒါန်းပြီး၊ ဌာနမှ ချီးမြှင့်ခြင်းဖြင့် သော်လည်းကောင်း၊ စေတနာရှင်ပုဂ္ဂိုလ် များကလည်းကောင်း၊ ဤအဖွဲ့နှင့် ဆက်သွယ်လှူဒါန်းခဲ့ကြပါသည်။

ပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေး ရရှိသော ကျောင်းသား/သူများသည်၊ တစ်နှစ်တစ်တန်း အောင်မြင်ပါက၊ ကျောင်းပြီးသည်အထိ (အလုပ်သင် ဆရာဝန်မပါ) ပညာသင်စရိတ် ခံစားခွင့် ရရှိပါသည်။

စာမေးပွဲကျရှုံးသော ကျောင်းသူ/သားများသည် ပညာသင် ထောက်ပံ့ ကြေး ရပ်စဲခံရပါသည်။

ပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေးသည် စေတနာရှင်များက စေတနာအလျောက် လှူဒါန်းကြသဖြင့် ထောက်ပံ့ကြေး ရရှိသော ကျောင်းသား/သူများအနေဖြင့် ခံစားရရှိသော ငွေကြေးပမာဏ မတူညီခဲ့ကြပါ။

လက်ရှိပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေးလှူဒါန်းနေသူများမှာ-

(၁) မြန်မာနိုင်ငံ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်အသင်း

(၂) သွားရောဂါကု ဆေးပညာဌာန

(၃) သွားတု ဆေးပညာဌာန

(၄) ကိုရီးယား ပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေး

(၅) ဒေါက်တာ ဒေါ်ခင်လေးရီ

- (၆) ပုဂ္ဂလိက အလှူရှင်တစ်ဦး
- (၇) ကမ္ဘောဇဘဏ်
- (၈) ခိုင်သန့်စင်ဆု (ဒေါက်တာဦးသန့်ဇော်နိုင်)
- (၉) 'ထက်' ပညာသင်ဆု
(ဒေါက်တာ ဦးနေမျိုးလှိုင်) စသည်တို့
ဖြစ်ကြပါသည်။

ပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေး ရွေးချယ်ရန်
လျှောက်လွှာ ခေါ်ယူသောအခါ အတန်းအသီးသီး
မှ ပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေး ခံစားရန် လျှောက်
ထားလာကြသော ကျောင်းသူ/သားများကို
အဖွဲ့မှ စနစ်တကျ စိစစ်ရွေးချယ်ပေးရပါသည်။

အဖွဲ့သည် စာမေးပွဲ ကျရှုံး၍ ပညာသင်
ထောက်ပံ့ကြေး ရပ်စဲခြင်းခံရသော ကျောင်းသူ/
သားများ၏နေရာကိုလည်း အစားထိုး ရွေးချယ်
ပေးပါသည်။

ဂျပန်နိုင်ငံ တိုကျိုမြို့နေ စေတနာရှင်တစ်ဦး
ဖြစ်သူ Mr-Ryo-Ueda ဆိုသူက သူ၏သားဖြစ်သူ
သည် ဆုံးပါးသွားခဲ့သည့်အတွက် အလှူဒါန
အဖြစ် ဤအဖွဲ့နှင့် ဆက်သွယ်၍ ငွေကျပ် ခုနစ်
သိန်း လာရောက် လှူဒါန်းခဲ့ပါသည်။ ၎င်းငွေ
အား မြန်မာ့စီးပွားရေးဘဏ်တွင် အပ်နှံထားပြီး
ရရှိလာသည့် တစ်နှစ်စာအတိုးငွေအား နှစ်စဉ်
ပညာသင် ထောက်ပံ့ကြေးအဖြစ် ကျောင်းသား
တစ်ဦးဦးအား ပေးသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။
ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသော လုပ်ငန်းများမှာ-

သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်၊
ပါမောက္ခချုပ်၏ လမ်းညွှန်မှုဖြင့် ပညာသင်
ထောက်ပံ့ကြေး ရွေးချယ်ရေးအဖွဲ့သည် မြန်မာ
နိုင်ငံသွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်အသင်း
(M.D.A) နှင့် ပုဂ္ဂလိက အလှူရှင်များ၊ ဌာနများ
မှ၊ ချီးမြှင့်လှူဒါန်းသော ငွေများကို စနစ်တကျ
ထိန်းသိမ်းထားရှိ၍၊ ပညာရေးအခက်အခဲ ကြုံ
တွေ့နေရသော ကျောင်းသား/သူ (၁၆) ဦးကို
ကူညီရင်းဖြင့် အစဉ်အလာမပျက် နှစ်စဉ် ဆောင်
ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် သွားဘက်ဆိုင်ရာ
ဆေးပညာသင်ယူနေကြရင်း အခက်အခဲ ရင်ဆိုင်
နေရသော ကျောင်းသူ/သားများအနေဖြင့်လည်း
နှစ်စဉ်ခေါ်ယူသော ပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေး
လျှောက်လွှာများကို တင်သွင်းလျှောက်ထားနိုင်
ပါကြောင်းနှင့် လာရောက် လှူဒါန်းလိုပါက
ဤအဖွဲ့နှင့် ဆက်သွယ်နိုင်ပါကြောင်း တင်ပြအပ်
ပါသည်။ ■

ဒေါ်ကြည်ကြည်မင်း

ပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေး
ရရှိသောကျောင်းသား /သူများသည်
တစ်နှစ်တစ်တန်း အောင်မြင်ပါက
ကျောင်းပြီးသည်အထိ
(အလုပ်သင်ဆရာဝန်မပါ)
ပညာသင်စရိတ် ခံစားခွင့် ရရှိပါသည်



ပညာသင်ထောက်ပံ့ကြေးအကြောင်း
သိကောင်းစရာ
ဒေါ်ကြည်ကြည်မင်း

သံသုမာလမ်းမကြီးပေါ်တွင် တရိပ်ရိပ်ပြေးနေသော တက္ကစီကားဖြူ
လေး၏ ရှေ့ခန်းက သူမ သိပ်တက်ကြွနေသည်။ ကားရပ်ပေးလိုက်သော
အချိန်မှာပင် သူမ တံခါးဖွင့်ပြီး ဖြစ်သည်။ ကားဆရာကို အစောကြီးက
တည်းက ငွေရှင်းပြီးဖြစ်၍ ခေါင်းငုံ့ နှုတ်ဆက်ကာ ကျောင်းဝင်းထဲသို့
အပြေးတစ်ပိုင်းဖြင့် ဝင်ခဲ့သည်။

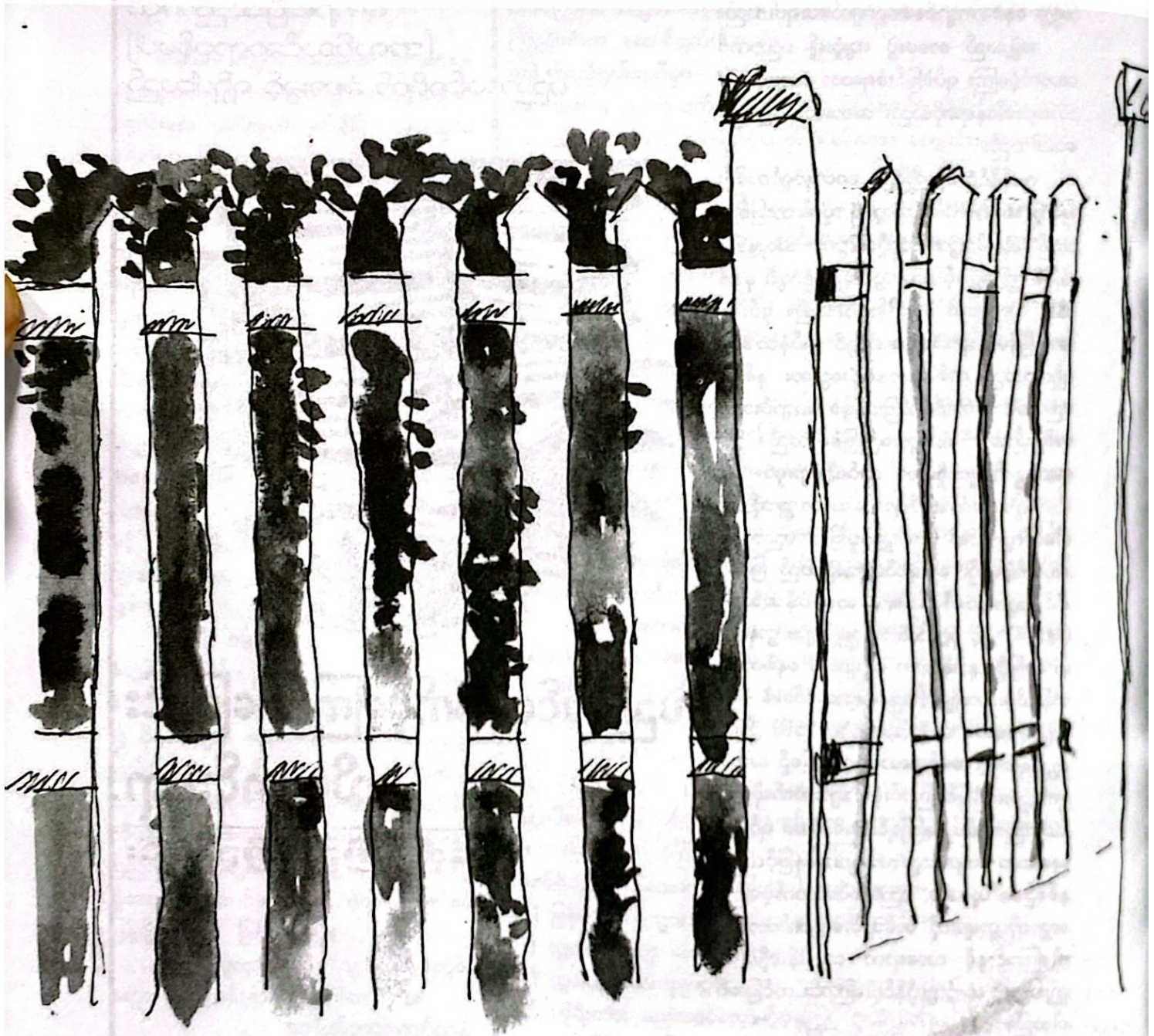
ရန်ကုန် Dental ကို ငါ ခြေချပြီ၊ ဖိုးကျော်တို့ ရိုစီတို့ရေ... ငါ လာပြီ
ကွ။

သူမ စိတ်ထဲမှာ ပျော်ရွှင်စွာ ဟစ်ကြွေးပစ်လိုက်သည်။ ဒီသူငယ်ချင်း
များနှင့် ကွဲကွာပြီးကတည်းက သည်ကျောင်းကြီးဆီ အလည်လာရန် နေပေါင်း
များစွာ သူမ မျှော်လင့်ခဲ့ရသည်။ ယခုမှ ရန်ကုန်လာခွင့် ကြိုသဖြင့် မနေ့က

ရောက်၊ သည်နေ့ သည်ကျောင်းဆီ ထွက်ခဲ့ခြင်း
ဖြစ်သည်။

ကျောင်းဝင်းထဲ ဝင်စမှာပင် ဆောက်လက်စ
အဆောက်အဦများကို တွေ့ရသည်။ မန္တလေး
Dental နှင့် အတူတူပဲဟု တွေးမိသည်။ သဲပုံ
တစ်ခု၏ ဘေးလမ်းကြောင်းကနေ လျှောက်
သွားရာ အနီရောင် ဦးထုပ်ဆောင်ထားသည်နှင့်
တူသော ရန်ကုန်သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္က
သိုလ်အဆောက်အဦကြီးကို တွေ့ရလေသည်။

မေးမြန်းစုံစမ်းရင်း သူမ ရှာဖွေရာ စတုတ္ထနှစ်



B.D.S အခန်းသို့ ဆိုက်ဆိုက်မြိုက်မြိုက် ရောက် ရှိသွားသည်။ သူမကို အရင်ဆုံးလှမ်းမြင်သူမှာ ဖိုးကျော်ဖြစ်သည်။ သူမကို မြင်မြင်ချင်း ရုတ် တရက် အံ့သြမင်သက်မိနေသည်။ ပြီးမှ ပြေးလာ ကာ နှုတ်ဆက်ရင်း ‘အကြောင်းမကြားရကောင်း လား’ ဟု အပြစ်တင်သည်။ အတန်း မစခင်မို့ အတန်းရှေ့တွင် ကျောင်းသားများ ရှုပ်ထွေးနေ သည်။ ဖိုးကျော်နှင့် သူမ စာသင်ခန်းဆီ လမ်း လျှောက်လာစဉ် နောက်က တရှုပ်ရှုပ် ပြေးလိုက် လာသံကြား၍ လှည့်ကြည့်မှ ရှိစိ ဖြစ်နေသည်။



‘လုလုရယ်၊ ဘာလို့ ဖုန်းမဆက်တာလဲ၊ ငါတို့တွေ ကျောင်းမတက် ရဘဲ ဆေးရုံဆင်းရဲတဲ့နေ့ဆိုရင် နင် ဘယ်လိုလုပ်မလဲ’

‘ဒီနေ့ သောကြာနေ့ပဲ၊ နင်တို့တွေ သေချာပေါက် ကျောင်းမှာရှိမယ် ဆိုပြီး ငါတွက်ထားပြီးသားပါဟာ။ မနေ့က ရောက်ရောက်ချင်း လာချင်တာ၊ ကိုကိုက မသွားသေးနဲ့ဆိုပြီး တားထားလို့ ဒီနေ့ လာခဲ့တာ’

အတန်းစတော့မည်ဖြစ်သဖြင့် သူမတို့သုံးယောက် စာသင်ခန်း၏ နောက် ကျကျနေရာမှာ ဝင်ထိုင်ကြသည်။ လူနည်းသော အတန်းဖြစ်၍ လူစိမ်းဖြစ်သူ သူမကို သတိပြုမိဟန်ရှိသည်။ သူမတို့ သုံးယောက်ဆီ ကွက်ကြည့်ကွက် ကြည့်နှင့်။ စာသင်မည့်ဆရာမှာ သူမတို့ မန္တလေး Dental ကို ကူးချည်း သန်းချည် စာသင်ပေးနေရသော ဆရာ ဖြစ်သည်။ သူမကို မှတ်မိကြောင်း ခေါင်းတစ်ချက်ညှိတ် ပြီးပြရင်း အသိအမှတ်ပြုလေသည်။ ထိုဆရာသည် သဘောကောင်းသောဆရာတစ်ဦးဖြစ်ကာ တပည့်များအားလုံးက သူ့ကို ချစ်ခင်ကြသည်။ သူမတို့ သုံးယောက်ကတော့ ဆရာစာသင်တာ နားထောင် လိုက်၊ ကျိတ်ကျိတ် ကျိတ်ကျိတ်နှင့် ရောက်တတ်ရာရာကို ဝေဖန်ရေး၊ လေကန်ရေး လုပ်လိုက်နှင့် စိတ်ထဲမှာ ပထမနှစ် B.D.Sကို ပြန်ရောက်နေ သလိုမျိုး ခံစားမိသည်။

ထိုသို့ စာသင်လိုက်၊ လေပေါလိုက်လုပ်နေစဉ် သူ့ကို စမြင်လိုက်ရခြင်း ဖြစ်သည်။ မှန်တောတော ဂျစ်တစ်တစ် မျက်လုံးတစ်စုံနှင့် သူမ အကြည့်တို့ ခလုတ်တိုက်သွားချိန်သည် ခဏလေးဆိုပေမယ့် သူ့ကိုယ်တိုင် တုန်လှုပ် ခြောက်ခြားသွားလောက်အောင် နှလုံးသားသည် အကြီးအကျယ် ဆောင့် ခုန်သွားလေသည်။

ထိုကောင်လေးသည် တိရုပ်အနက်ပွပွကြီး တစ်ထည်ကို ဝတ်ဆင် ထားပြီး သူမ ညာဘက်ရှေ့ ခပ်စောင်းစောင်းနေရာမှာ ရှိနေသည်။

အံ့သြစရာ ကောင်းလိုက်တာ။

သူမသည် ‘မြင်မြင်ချင်းအချစ် - Love At First Sight’ ကို ဟားတိုက်ခဲ့ သူဖြစ်သည်။ အခုကြည့်စမ်း။ သည်အကြည့်လေးတစ်ချက်မှာ သူမ ဘာ ကြောင့် စီးမျောသွားရတာလဲ။ သူမ၏ စိတ်အာရုံသည် သူ့ထံ စက္ကန့် အတော်များများတိုင် ပျော်ဝင်သွားလေသည်။

ဟင့်အင်း၊ မဖြစ်သင့်ဟု ထင်သည်။ တကယ်ဆို သူမက ဧည့်သည်ပဲ လေ။ ခဏနေလျှင် သည်ကျောင်းကြီးထဲက ပြန်ထွက်ရတော့မှာ။

ပြီးတော့ သူမမှာ ‘ကို’ ရှိနေခဲ့ပြီပဲ၊ ‘ကို’ အပေါ်မှာရော သည်လိုစိတ် တွေ ပရမ်းပတာဖြစ်အောင် ရင်ခုန်ခဲ့ဖူးလား။ ရင်ခုန်သံတွေ၊ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ တွေကို သူမ အလေးအနက်မှ မထားခဲ့တာ။ ရွေးချယ်သင့်သည်ဟူသော အချက်ကြောင့် သူမဘေးနားတွင် ‘ကို’ ရောက်လာနိုင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ယခု ဘေးတစောင်းမြင်နေရသော သူ့ကို ကြည့်ရင်း သူမ ထူးဆန်းစွာ နွေးနွေးထွေးထွေး ခင်မင်နေမိသည်။ ‘ငါ ရူးပေါပေါကိစ္စမျိုး လုပ်မိပြီ ထင်တယ်’ ဟု တွေးရင်း ဆရာထံ အာရုံပြောင်းရသည်။

လက်ချာပြီးတော့ ဆရာကိုယ်တိုင် Roll call ခေါ်သည်။ စိတ်ကို

နမ်းဂိုက်မိသော ကျိန်စာတစ်ပုဒ်

ခရေညီညီ၊ (ချား / ဆေး - မနီး)

အတတ်နိုင်ဆုံး ထိန်းချုပ်ထားသည့်ကြားက သူ Roll No. ကို အလိုလို ကျက်ပြီးသားဖြစ်နေပြန်သည်။

‘ဒီနေ့လူစုံတက်စုံပါလားကွ၊ မန္တလေးက ဧည့်သည်ကြီးက ချီးကျူး ပါလိမ့်မယ် ခင်ဗျား’

ဆရာစကားကြောင့် တစ်တန်းလုံးက သူမကို လှည့်ကြည့်ကြသော် လည်း သူမတော့ နောက်ထပ် လှည့်မလာတော့ပေ။ လက်ထဲဖောင်တိန် လေးကို လှည့်ကစားနေသည်။ ကြည့်စမ်းပါဦး။ ထိုလူတစ်ယောက်သည် Roll call လက်ထောင်ချိန်မှာရော၊ သည်လို ဖောင်တိန်လှည့်နေချိန်မှာပါ မင်သက်ငေးမောရလောက်အောင် ကုသိုလ်က ထူးလှသည်။

ထို့နောက် ရှိစီ၏ ဦးဆောင်မှုဖြင့် သူမ ကင်တင်းဘက် ယက်ကန် ယက်ကန်နှင့် ပါသွားသည်။ ကင်တင်းသွားရာ လမ်းသည် အမိုးမိုးထား သောအုတ်ခင်းလမ်းဖြစ်သည်။ အရှေ့ဘက်က တစ်ထပ် အဆောက်အဦ နှစ်ခုဆီ ရှိစီက လက်ညှိုးညွှန်ရင်း

‘အဲဒါ 1st yr. နဲ့ 2nd yr. တွေ သင်တာလေ။ မန္တလေး Dental နဲ့ ပုံစံအတူတူပဲ’

‘ဒါဆိုရင် အခု ငါတို့ လျှောက်နေတာ နင်တို့ရန်ကုန် Dental ရဲ့ အဓိပတိလမ်းမကြီးပေါ့၊ ဟုတ်လား’

ဖိုးကျော်က မြောက်ကြားကြားလေသံဖြင့်

‘ဒါပေါ့ဟ၊ အမိုးနဲ့အခင်းနဲ့၊ မမိုက်ဘူးလား’

‘အင်း မိုက်တော့မိုက်ပါရဲ့၊ ဒါပေမယ့် ဘုရားစောင်းတန်းကြီးနဲ့ တူတယ်ဟ’

‘ခွေးစုတ်မလေးရဲ့၊ နင်တို့ မန္တလေး Dental မှာလို နေပူကြီးနဲ့ မထိရ ဘူးကွ၊ နင်သက်သက်မဲ့ မနာလိုလို့ ပြောတာပဲ’

‘အဲမယ်လေး ဖိုးကျော်ရယ်၊ နေပူတာများ အရေးလုပ်လို့၊ ကိုယ်တို့ မှာ ထီးမိုးပေးမယ့် ကြင်နာသူနဲ့၊ အဲဒါမှ အရသာကွ’

ရှိစီက ဘာမှ ဝင်မပြောဘဲ ရယ်နေသည်။ ဖိုးကျော်က ရှုံးမဲ့ရင်း အနီးဆုံး စားပွဲတစ်ဝိုင်းဆီ လျှောက်သွားသည်။ ဖိုးကျော်နောက်ကို အပြေးလိုက်ရင်း

‘ငါ့ကို နိုင်အောင်ပြောလေ၊ နင် ရှုံးပြီမို့လား’

ခုံအလွတ်တစ်လုံးကို ဆွဲယူလိုက်ရင်း ရန်စစဉ် ဖြတ်ကနဲ မြင်လိုက် ရသော လူရိပ်တစ်ခုကြောင့် သူမ အလျင်အမြန်လှမ်းကြည့်မိသည်။ သူသည် ကော်ရစ်ဒါထိပ်တွင် ဝါးကနဲ တစ်ချက်သမ်းလိုက်ရင်း ခါးကို ဟိုဘက် သည်ဘက် လိမ်ချိုးလိုက်လေသည်။ သူစိမ်းယောက်ျားလေးတစ်ယောက် အပျင်းဆန့်တာကို ခင်မင်နှစ်လိုစွာ ငေးနေမိသည်။ သူမအဖြစ်ကို ပြန်သတိ ရကာ သူမကိုယ်သူမ ပြန်ပြီး အုံ့သြနေမိသည်။ မထင်မှတ်ဘဲ ရှိစီက သူ့ကို လက်ယပ်ခေါ်လိုက်သည်။ သူ ရောက်လာပြီး သူမ မျက်နှာချင်းဆိုင်မှာ ဝင်ထိုင်တော့ သူ့ကို မော့ကြည့်ရန် တော်တော်လေး ကြိုးစာရသည်။ သူမ ရင်တွေ သိပ်ခုန်နေခဲ့တာကိုး။

‘လုလု၊ ဒါ ဘိုဘို ဘော်ဒါကြီးလေ၊ မွန် King ပေါ့’

‘ရှိစီရာ၊ ငါ့ကို အရှက်ခွဲနေတာလား။ အတန်းထဲမှာ မွန်ဆိုလို့ ငါ တစ်ယောက်တည်းရှိတဲ့ဟာ’

ဪ . . . သူသည် မွန်တိုင်းရင်းသားတစ်ယောက်တဲ့လား။

‘နိုင်အေးချမ်းတဲ့၊ ဘိုဘိုက အစ ငါတို့ရော သူ့ကို ‘ချမ်း’လို့ပဲ ခေါ်ကြတယ်။ ‘ချမ်း’ ဒါ . . . လုလုကျော်တဲ့။ မန္တလေး Dental မှာ

ငါတို့ သုံးယောက် အုပ်စုဖြစ်ခဲ့ဖူးတာပေါ့ဟ’

ဘိုဘိုဆိုတာ ရှိစီကောင်လေးဖြစ်သည်။ ရှိစီမိတ်ဆက်အပေးမှာ သူမကို ပြုံးပြလိုက်သော သူ့သွားတန်းလေး၏ လက်ကနဲအရောင်နှင့် ရွန်းလဲ့လဲ့ မျက်ဝန်းတစ်စုံသည် သူမကို ဆတ် ကနဲ တောင့်တင်းသွားလောက်အောင် ဖြား ယောင်းနိုင်စွမ်းရှိပေသည်။

‘မွန်ဆိုတော့ မော်လမြိုင်ကလားဟင်၊ မော်လမြိုင်ကို လုလု ရောက်ဖူးတယ်’

‘ကျွန်တော် သထုံကပါ။ ကိုကိုက ရန် ကုန်မှာ အခြေကျနေလို့ ကိုးတန်းကတည်းက ဒီရောက်နေခဲ့တာ’

သူ့အဖြေကြောင့် သူမ ရှက်သွားမိသည်။ ဖိုးကျော်က အပြစ်တင်သည်။

‘နင်ကတော့ ဇွတ်။ အလှအယက် ပြော တာပဲ။ အကျင့်ကို မပျောက်ဘူး’

ရယ်မောသံများနှင့် သူမတို့၏ စကားဝိုင်း လေးသည် ကော်ဖီတစ်ခွက်၏အရသာ ဘယ်လို ရှိမှန်းမသိနိုင်အောင်ပင် အသက်ဝင် စိုပြေခဲ့ သည်။ သူတို့ ကျောင်းကင်တင်းသည် ယန်သစ္စာ ဟု အမည်ရလေသည်။ ကင်တင်း၏ ခေါင်းစဉ် ကို ကြည့်ရင်း သက်ပြင်ငွေငွေချမိသည်။ သည် နေ့အဖြစ်အပျက်သည် အိပ်မက်တစ်ခုလို ခပ် ဝါးဝါးဖြစ်နေသည်။

ဖရိုဖရဲထောင်နေသော ဆံပင်ချောင်း နက် နက်လေးများ၊ နားသယ်စပ်ဆီက ဆံပင်ဒေါက် ပါးပါးလေးနားမှာ စို့နေသော ချွေးစလေးများ၊ စာသင်ခန်းထဲမှာတုန်းက မှုန်တောတေဖြစ်နေသော အရောင်မှ ရွန်းလဲ့ကြည်စင်ခြင်းသို့ ရောက်နေ သော မျက်ဝန်းနက်တစ်စုံ၊ ဖြောင့်စင်းသွယ်နေ သော နှာတံတစ်စင်နှင့် မထူမပါး နှုတ်ခမ်း တစ်စုံ။ ဘာဖြစ်လို့ အရာတစ်ခုစီဟာ စုတ်ချက် တို့ ရလောက်အောင် သူမကို ဆွဲဆောင်မှု ရှိနေ တာလဲ ကောင်လေးရယ်။

‘ဒါနဲ့ ကိုသီဟန်ရော.....D တစ်ခုထဲဆို’

ရှိစီ မေးခွန်းတစ်ခုသည် သူမကို တုန်လှုပ် သွားစေသည်။ သူ့ရှေ့မှာ ဒီဖြစ်ရပ်ကို သူမ ဘာကြောင့် ကန့်လန့်ကာ ချထားချင်မိတာလဲ။ ကိုသီဟန်၏ ချစ်သူဘဝကို ပထမဦးဆုံးအကြိမ် သိမိငယ်နောင်တရသွားကြောင်း သူမ အလန့် တကြား သိလိုက်ရသည်။ ကို ဂုဏ်ထူးနည်း၍ သိမိငယ်ခြင်းမဟုတ်။ သူမ ကြုံနေရသောနေ့ မတိုင်ခင် ကိုကို ခေါင်းညိတ်မိခဲ့ခြင်းကို နောင်တ

ရသွားဖြစ်သည်။ အလျင်စလို ပြုခဲ့သော အမှား တစ်ခုကြောင့် မိမိချစ်ခင်နှစ်သက်သူ၏ မော့ မကြည့်ရဲသောအဖြစ်သည် သိမ်ငယ်လွန်းလှပါ တကား။

‘သူ Grand Viva တက်တုန်းက ငှာတာသာပဲ။ ထွက်တော့ GM တစ်ခုပဲ D ရတယ်’

‘သူက သိပ်မျှော်မှန်းထားမှာပဲနော်။ စာ ဂျာနယ်ဆိုတော့ တော်တော်ကြီး ခံစားရမယ် ထင်တယ်’

သူ့နောက်ကျောဆီက သစ်ခွအိုးတိုးလို့ တွဲလောင်းများကို ငေးရင်း ရှိစီမေးခွန်းများကို ခေါင်းညိတ်ပြမိသည်။

‘ဒါနဲ့လုလုက ကျောင်းပိတ်ထားလို့ လား။ ဘယ်နေ့ထိ နေရမှာလဲ’

မမျှော်လင့်သော သူ့အမေးကို ရုတ်တရက် မဖြေနိုင်။ ရှိစီက ဝင်ဖြေသည်။

‘သူတို့က Trip က ပြန်ခဲ့ပြီးပြီ။ တကောင်း၊ ကြာညှပ်၊ မိုးကုတ် သပိတ်ကျင်းဘက်ကို သွားရ တာ။ အဲဒီကအပြန် အားလုံးညှိပြီး တစ်ပတ် ပိတ်လိုက်တာပဲ။ ဒါပေမယ့် ဒီမိန်းမက တနင်္လာ နေ့ညနေကို ပြန်ရမှာ’

‘Bed Side စာမေးပွဲရှိလို့ပါဟ’

‘ဘာပဲပြောပြော ... သူပြန်ခိုင်းတဲ့နေ့ ပြန် မှာပဲ မို့လား’

စိတ်မသက်သာစွာ ရယ်ရင်း သူမကိုယ်သူမ အထပ်ထပ် ဆုံးမနေရသည်။ သူမ ခိုက်ရမည့် အရွယ်မှ မဟုတ်တော့တာလေ။

ထို့နောက် စာသင်ခန်းများကို လှည့်ပတ် ကြည့်ကြသည်။

သူတို့ ဖြေဆိုထားသော Test တစ်ခု၏ result ကိုလည်း သူမ ကြည့်ခွင့်ရခဲ့သည်။ မိုး ကျော်ရော၊ ရှိစီရော အောင်သော်လည်း သူက တော့ အမှတ်(၂၀)ပဲရသည်။

‘အေးချမ်း..... ဘာဖြစ်လို့ (၂၀)ပဲရတာလဲ။ မိုးကျော်ရော၊ ရှိစီရော အောင်တယ်’

‘ဖြေရှင်းချက် မထုတ်ချင်ပါဘူးကွာ။ ကျ သွားပြီပဲ။ ကျတယ်ပဲပေါ့’

ပန်းတစ်ချက်တွန့်ကာ ဖြေလိုက်သော သူ့ စကားသံသည် သူမကို မွန်းကြပ်သွားစေသည်။

‘အဲဒီအပုဒ်က ကိုယ်ကျက်ပြီးသားကွ။ ပြန်မနွေးဖြစ်တာ။ အဲဒါကို ဆရာက Viva မေးတော့ ကိုယ်လည်း ဝါးတာတားဖြစ်နေတာ

ကွ။ ဒါကြောင့် D မထွက်တော့တာနော်’

အောင်စာရင်းထွက်နေသောနေ့က ဆိုနှင့်ကြေကွဲနေသော ကိုကို မြင် ယောင်လာသည်။ ထိုနေ့ကလည်း ကိုလက်ဖဝါးကို နွေးထွေးအောင် ဆုပ် ကိုင်ရင်း အားပေးနှစ်သိမ့်ခဲ့ရသည်။ သူမတို့ကို ရွေးချယ်ခဲ့တာ သိပ်စောလွန်း ခဲ့ပြီထင်သည်။

နောက်တစ်ကြိမ် စာသင်ချိန်ကို သူမ မတက်တော့ဘဲ တက္ကစီငှား၍ ပြန်ခဲ့သည်။ သူ့ဆီမှာ ဝဲလည်ကျန်ခဲ့ချင်သော စိတ်ကို ခါယမ်းထုတ်ပစ်ရင်း သည်နေ့အဖို့ ဘယ်နှကြိမ်မှန်းမသိအောင် သူမကိုယ်သူမ ပြန်ဆုံးမနေရသည်။ သူမ အသက် ၂၂ ရှိပြီမို့လား။ ဆယ်ကျော်သက်တွေလို ရူးပေါ့ပေါက်စွမ်း မလုပ်သင့်တော့ဟု ထင်သည်။

(၂)

စနေနေ့မနက်ခင်းတွင် ဘိုဘိုကားနှင့် သူတို့ ရောက်လာကြသည်။ သူလိုက်လာတာကို မြင်ရတော့ သူမစိတ်ထဲက ထခုန်ပစ်လိုက်သည်။ သူသည် အနားသတ်မှာ ငှက်ပျောပင်များ စိုက်ထားသော မိုးပြာရောင် ဟာဝေယံရှပ်ပွပွကြီးနှင့် မီးခိုးရောင်မှိုင်းမှိုင်း ဘက်ဂီဂျင်းဘောင်းဘီပွပွ ရှည်ရှည်ကြီးကို တွဲဖက် ဝတ်ဆင်ထားသည်။ ဆံပင်ကတော့ ခူးရင်းသီး ဆူးချွန်များလို ထိုးထိုးထောင်ထောင်နှင့်။ အိမ်ပေါက်ဝမှာ ရှူဖိနပ်ကို ငုံ့ချွတ်ရင်းက သူမဆီရောက်လာသော အပြုံးဖွေးဖွေးတစ်ခုသည် သူမရင်ကို လှိုက်ခုန်သွားစေသည်။

သူမတို့ ရွှေတိဂုံဘုရားကို အရင်ဆုံးသွား ဖြစ်ကြသည်။ နောက် သူမ မရောက်ဖူးသေးသော ကျောက်တန်းသို့ သွားရန် အားလုံးက သဘောတူ ကြသည်။ ကားအကြာကြီး စီးရခြင်းကို သူမ ငြီးငွေ့တတ်သော်လည်း ဤ တစ်ကြိမ်မှာတော့ သူမ သိပ်ပျော်နေသည်။ ကားထဲမှာ City FM က တစ်ဆင့် ပျံ့လွင့်နေသော တေးသွားကလည်း

‘မင်းရှိခဲ့ရင်..... ကြည်ကြည်နူးနူးဘဝမှာ..... ချစ်လို့မဝပါ နှစ် ယောက်တည်းကမ္ဘာ မင်းရှိခဲ့ရင် ဒါဟာ ပျော်စရာလောကနီဗွာနံ ငြိမ်းချမ်းရေးပါ..... နှစ်ယောက်တည်းကမ္ဘာ’ တဲ့လေ။

‘လုလုကျော် ဆိုတဲ့နာမည်က ဆန်းတယ်နော်’

ကားရှေ့ခန်းမှ အနောက်ဘက်လှည့်ကာ ရုတ်တရက် မေးလိုက်သော သူ့အသံကြောင့် လန်ဖြန့်သွားကာ ရိုးသားမှုမရှိသော သူမအဖြစ်ကို ရှက် သွားမိသည်။

‘ငယ်ငယ်တုန်းက လုလုကျော်လို့ ပေးထားတာ။ ကိုကိုက သူ စာ စရေးတတ်ချိန်ဆိုတော့ တစ်ချောင်းငင်နဲ့ ဟထိုးနဲ့ အမြဲမှားမှားရေးပြီး သူ့သိမ နာမည်ကို လုလုကျော်လို့ ပြောင်းပစ်လိုက်တာလေ’

‘သားပိုက်ကောင် Kangaroo ဖြစ်သလိုပေါ့’

‘ဘာကိုပြောတာလဲ’

‘အင်္ဂလိပ်လူမျိုးတစ်ယောက်က တောထဲ လျှောက်သွားရင်း သားပိုက် ကောင်ကိုတွေ့တော့ ဘာကောင်မှန်းမသိလို့၊ အနားမှာရှိတဲ့ တိုင်းရင်းသား တစ်ယောက်ကို ‘အဲဒါဘာကောင်လို့ခေါ်သလဲ’ လို့မေးသတဲ့။ တိုင်းရင်း သားကလည်း သူ့ဘာသာစကားနဲ့ Kangaroo(မသိဘူး)လို့ ပြန်ဖြေလိုက်တာ သားပိုက်ကောင်လည်း ကန်းဂရူးဖြစ်သွားရောတဲ့’

‘အဲဒါဆို ကန်းဂျူးဆိုတာ မသိဘူးလို့ ပြောတာပေါ့။ ဟုတ်ပါရဲ့။ တကယ်ဆို လုလုကျော် ဖြစ်ရမှာ။ အခုတော့ လုလုကျော်လာဖြစ်နေတယ်’
ဖိုးကျော်က အားတက်သရောနှင့်

‘ပညတ်သွားရာ ဓာတ်သက်ပါ ဆိုတာ သိပ်မှန်တာပဲ။ သူတစ်ယောက် တည်း အလျင်စလိုနဲ့ အရာရာကို လုလုလုပ်နေတာ။ ရည်းစားတောင် ငါ ရော၊ ရှိစီရော အတွဲ ကိုယ်စီရသွားလို့ အလုအယက် ထားပစ်တာကွ’
ဘိုဘိုနှင့်ရှိစီက ရယ်သော်လည်း သူကတော့ မရယ်ပါ။

‘အရင်က ရန်ကုန်ရောက်ဖူးလား’

‘ဆယ်တန်းအောင်လက်မှတ် လာယူတုန်းကပဲ ရောက်ဖူးတာပါ။ ကိုကိုက အဲဒီတုန်းက မိန်းမ မရသေးတော့ ညီမတော်ကို စုံနေအောင် လိုက်ပို့ပေးတယ်။ အခုတော့ သူ့ချစ်ချစ်ကြီးနားမှာပဲ ကပ်နေတော့တာ ဟွန်း’
‘ပန်းဆိုတန်းဘက်ရော’

‘အာ.... ရောက်တာပေါ့။ စာအုပ်ဆိုင်တွေရှိတာပဲ။ ကိုကိုနဲ့ အလု အယက်ဝယ်ရတယ်။ ဘာလို့မေးတာလဲဟင်’

‘ခုနက အိမ်မှာ လုလုဖတ်နေတာ ခေတ်ဟောင်းစာအုပ်တစ်အုပ်ပဲ။ အဲဒါကြောင့် မေးမိတာ’

သူ့စကားသံသည် သူမကို တစ်စုံတစ်ရာသော ခံစားမှုကို ပေးနေသည်။ ခပ်တိုးတိုးလေးပေမယ့် ထက်ရှသော သည်စကားသံကို ကြားတိုင်း သူမခဏတဖြုတ်တော့ ဆွံ့အသွားသည်ချည်းဖြစ်သည်။

ကျွန်မော်ဝန်းရေလည်ဘုရားသို့ စက်လှေဖြင့် ကူးရသည်။ စက်လှေ စီးတော့ သူက သူမရှေ့မှာထိုင်သည်။ ရေပြင်ကို လက်ဖြင့် ထိတို့ ကစားခြင်း မပြုဘဲ ငြိမ်သက်စွာ လိုက်ပါလာသည်။ သူ့ဘာတွေ တွေးနေလဲဆိုတာ သူမ သိချင်လိုက်တာ။ လှေကမ်းကပ်တော့ ရှိစီနှင့် ဖိုးကျော်တို့က သူမကို အရေးတယူရှိသော်လည်း သူကတော့ တစ်ချက်ပဲ လှည့်ကြည့်ပြီး ဘုရား ရင်ပြင်တော်ပေါ် တက်သွားလေသည်။

သူမတို့ ငါးများကို အစာကျွေးနေစဉ် အနောက်ဘက်တွင် သူရှိနေလိမ့် မည်ဟု ထင်မိသည်။ တကယ်တမ်း လှမ်းကြည့်လိုက်တော့ သူရှိမနေပါ။ လှည့်ပတ်ရှာမှ လှေပေါ်မှာ နှစ်ယောက်သား ကြိုရောက်နေတာ တွေ့ရသည်။

ဘိုဘိုက နေ့လယ်စာအဖြစ် ရွှေဘဲမှာ ဘဲကင် လိုက်ကျွေးသည်။ ဘိုဘို သည် ကွန်ပျူတာစက်ပစ္စည်းများ ရောင်းသောအရောင်းဆိုင်များကို ဖွင့် ထားပြီး သူ့အစ်ကိုနှင့် လုပ်ငန်းချင်း ဆက်စပ်ကြောင်း သိရသည်။ သူ့အစ်ကို ၏ လုပ်ငန်းများတွင် ကူညီရင်း ဘိုဘိုနှင့် ခင်မင်ရင်းနှီးခဲ့တာလား။ နဂိုက တည်းက ဘိုဘိုနှင့် သူငယ်ချင်းလား ဆိုတာတော့ သူမ မသိခဲ့ပါ။ သူမ သိတာကတော့ အချိန်တန်လျှင် ခွဲခွာရဦးမည်ဆိုတာ။

သူမက သရဲရထားစီးချင်တယ်ဟု ပူဆာသဖြင့် ဟက်ပီးဝါးလဲသို့ ရောက်လာခဲ့သည်။ ရှိစီကတော့ အကြောက်အကန် ငြင်းဆန်သည်။

‘လုလု၊ နင်ပဲ စီး၊ ငါတော့ မစီးဘူးနော်၊ တော်ကြာ Heart Attack ရနေလိမ့်မယ်’ ဖိုးကျော်ကလည်း ကြော်ငြာ ဝင်သေးသည်။

‘ငါက သူ့သူနဲ့ သရဲရထားရော၊ သရဲအိမ်ရော ဝင်ပြီးသား၊ ထပ် မဝင်ချင်တော့ဘူး’

သူ့သူဆိုတာ ဆေး(၁)မှ ဖိုးကျော်၏ကောင်မလေး ဖြစ်သည်။ ဘိုဘိုက လည်း ရှိစီ မလိုက်သဖြင့် ခေါ်လို့မရ။ သို့နှင့် သူနှင့်သူမ နှစ်ယောက်တည်း လက်မှတ်ဖြတ်ရသည်။ လက်မှတ်မဖြတ်ခင် သူက

‘ကိုယ်.... သရဲရထားစီးဖူးတယ်။ သရဲအိမ် အရင်ဝင်မယ်ကွာ။ ပြီးမှ သရဲရထား ထပ်စီး ရအောင်’

‘OK လေ’

‘လုလု ကြောက်တတ်လား’

‘အရပ်တွေပဲဟာ။ မကြောက်ပေါင်’

လှေကားထစ်ခုံများသည် မှိန်ဖျော့ဖျော့ မီးရောင်အောက်တွင် အေးစက်တောင့်တင်းနေ သည်။ အမျိုးသမီးကြီးတစ်ဦး၏ ကိုလိုနီခေတ် ဆန်ဆန် အပြင်အဆင် ရုပ်ပုံပန်းချီကားချပ်ကြီး ကို မြင်လိုက်ရတော့ စိန်ကနဲဖြစ်သွားသည်။ ကာ တွန်းပုံကြီးပါလေဟု တွေးကာ သူ့နောက်က ကပ်လိုက် လာခဲ့သည်။ အခန်းဆီးလိုက်ကာစကို မ,လိုက်ချိန်တွင် ခွေးအသံရှည်ကြီး ထွက်လာ သည်။ လမ်းလေးသည် ကျဉ်းမြောင်း မှောင်မဲ နေသည်။ အရပ်တွေမှန်းသိသော်လည်း ဖီး အလင်းအမှောင်နှင့် အခန်းအပြင်အဆင်များသည် တကယ် သရဲခြောက်တတ်သောအိမ်ကြီးပေါ်မှာ လျှောက်ကြည့်နေသလိုမျိုး ခံစားလာရသည်။

ရုတ်တရက် မီးမှိုမှိုအောက်မှာ သူမ လှမ်း မြင်တာ ခုတင်ကြီးတစ်ချပ်ပေါ်က အလောင်း တစ်လောင်း။ အရပ်အလောင်းဟု သူမ စိတ် ဖြေသော်လည်းမရ။ မဝံ့မရဲ အသာလေး မျက် လွှာပင့်ကြည့်တော့ ထိုအလောင်းကြီးက မိန်းမ ကြီးတစ်ယောက် ဖြစ်နေကာ အသက်က ဖုတ် လို့က ဖုတ်လို့က ရှူလာသလိုမျိုး၊ ထိုစဉ်

‘အမယ်လေး.... အေးချမ်းရဲ့၊ အလောင်း ကြီးက ထထိုင်တယ်။ ငါ့ကို စောင့်ပါဦး’

ထိုအလောင်းကောင်ကြီး သူမဘေးနားက ပြေးလိုက်လာသည်ထင်သည်။ သူကလည်း ဘယ်နားရောက်နေပြီလဲမသိ လမ်းလျှောက်တာ တော်တော်မြန်၍ သူမက အပြေးလိုက်ရသည်။ မှောင်မဲပြီး ဘာမှ မမြင်ရ။ သူမ အသက်ရှူ ကြပ်လာကာ ခြေဖျားလက်ဖျားများ အေးစက် လာသည်။ ရုတ်တရက် အမှောင်ထဲက လက် တစ်ခုက သူမလက်ကို လာဆွဲတော့ ခေါင်းဖျှေ များ ထောင်ပြီး ပုံလဲမတတ် ဖြစ်သွားသည်။

‘ငါပါ လုလုရဲ့၊ အေးချမ်းပါ၊ နင်က လည်း နှေးလိုက်တာ’

‘လမ်းက မြင်မှမမြင်ရဘဲ၊ ငါ့ကိုစောင့် ခေါ်ပါဟာ။ ငါကြောက်လို့ပါ’

သူ့လက်ကို တင်းကြပ်စွာဆုပ်ကိုင်ရင်း ဘေးနားက ပါလာသည်။ လမ်းတွေက မှောင်

လည်း မှောင်၊ ကျဉ်းလည်း ကျဉ်း၊ အကွေ့
အကောက်တွေနှင့်။ သူမတစ်ယောက်တည်းသာ
ဆိုလျှင် ခုနကနေရာမှာ မေ့လဲနေလောက်ပြီ
ထင်သည်။ အလောင်းစင် ပြင်ထားသော ခုတင်
တွေနားကလည်း ခဏခဏ ဖြတ်ရသည်။ သူမ
ကတော့ ကြောက်လွန်း၍ သူ့ကို ရှေ့ကို အတင်း
တွန်းကာ ခပ်သွက်သွက် သွားခိုင်းရသည်။ ခုန
ကလို မျက်လုံးကိုလည်း ဖွင့်မထားတော့။
စုံမှိတ်ကာ သူ့ဘေးနားက လိုက်ခဲ့သည်။

‘အမယ်လေး၊ ဒီဘက်သံတွေကြားက လက်
ကြီး နှစ်ဖက် ထွက်လာပြီ။ ငါ့ကို ပုတ်တယ်။
အေးချမ်းရေ လုပ်ပါဦး’

ဂရု၊ ဂါးဟူသော အသံများနှင့် သရဲဆန်
ဆန် အကောင်မည်းမည်းကြီးများကို မြင်လိုက်
ကြားလိုက်ရတော့ သူမ ငယ်သံပါအောင် အော်
မိသည်။

‘ငါ့ဘေးနားက မလိုက်နဲ့။ ငါ့နောက်က
ကပ်လိုက်’

သူ့အနောက်ဘက်ဆီ ရွေ့ရပ်ရင်း သူမ
မျက်ရည်တွေ ကျလာသည်။

‘ပြန်ထွက်ကြပါစို့ အေးချမ်းရဲ့။ တော်ပါပြီ။
ငါ ဆက်မသွားချင်တော့ဘူး။ တော်ကြာ
အနောက်က ပါလာရင် ငါလန့်တာနဲ့ သေမှာ
ဟီးဟီး’

“ပြန်ထွက်ရင် ခုနက သရဲတွေနား ပြန်
ဖြတ်ရဦးမှာ။ လာပါ။ ငါရှိပါတယ်”

လိုက်ကာစတင်ခိုက် မ၊တိုင်း ခြောက်ခြား
ရသည်။

‘အေးချမ်း။ မရောက်သေးဘူးလား’

‘နင့်မျက်လုံးတွေကိုမှိတ်ပြီး ငါ့နောက်က
ကပ်လိုက်နဲ့။ ဘာမှ မဖြစ်စေရဘူး’

‘အမယ်လေးတော့ ။ ‘ငါ့ဝိညာဉ်တွေ
ဒီမှာရှိ တယ်။ ကြည့်လိုက်’ တဲ့။ အမယ်လေး။
မကြည့်ရပါဘူးတော့။ မပြပါနဲ့။ ကြောက်ပါ
တယ်။ မပြောဘဲနဲ့ကို ကြောက်လှပါပြီ’

‘နင့်က မျက်လုံးမှ မှိတ်မထားဘဲ။ ဘာလို့
ခိုးခိုးကြည့်ရတာလဲ’

မှောင်မည်းမည်းထဲမှာ မျက်လုံးမှိတ်ပြီး
သူ့အင်္ကျီစုံ ဆွဲလိုက်ရတာကိုလည်း သူမ စိတ်ညစ်
လှပါပြီ။ ဖြစ်နိုင်လျှင် အခုချက်ချင်း အတောင်ပံ
ပေါက်ကာ မိုးပေါ်ပျံတက်သွားလိုက်ချင်သည်။
အမယ်လေး။ ဒါလည်း မဖြစ်သေး။ တော်ကြာ
အိမ်ထုပ်တန်းမှာ ငုတ်တုတ်ထိုင်နေသော သရဲနှင့်

သွားတိုး၍ ကွဲသွားလိမ့်မည်။

‘အမယ်လေး။ ရှည်လိုက်တဲ့လမ်း။ မရောက်သေးဘူးလား။ ငါတို့
ပြန်ထွက်ကြပါစို့’

တစ်နေရာအရောက်မှာတော့ ကြမ်းခင်းက ရှေ့နောက် ရွေ့လျား ယမ်း
နေပြန်သည်။

‘အေးချမ်း။ ငါ့ကိုခေါ်ပါဦး။ လမ်းလျှောက်လို့ မရအောင် ယမ်းနေ
တာ။ ငါစိတ်ညစ်လှပါပြီ ဟီးဟီး’

သူမကတော့ ပြုလန်နေအောင် အော်ပစ်သည်။ အထဲမှာလည်း သရဲ
ကားထဲကလို ခြောက်ခြားစရာအသံတွေ ပျံ့လွင့်နေတာကိုး။ တံခါးပေါက်
တစ်ခုအရောက်မှာ လက်ကြီးနှစ်ဖက်က အောက်ကို တွဲလောင်းကျနေတာ
တွေ့လိုက်ရသည်။ အေးချမ်း အဲဒီလက်ကြီးကို မ၊ထားပေးပါ။ ငါ
ကြောက်တယ်’

သူမ မရောက်ခင်မှာပင် လက်ကြီးက လွဲယမ်း၍ တစ်စုံတစ်ရာကို
လိုက်ဖမ်းနေသည်။ သူက လက်ကြီးအောက်က ငုံ့လျှိုး၍ ဟိုဘက်
ရောက်သွားပြီ။ သူမက သည်ဘက်မှာ ရပ်ကျန်နေခဲ့သည်။

‘ထိုင်ပြီးလာနဲ့။ မထိစေရဘူး’

ထိုင်၍သွားသော်လည်း သူမ မတ်တပ်အရပ်မှာ လက်ကြီးတစ်ဖက်က
သူမခေါင်းကို ဖတ်ကနဲ ပုတ်ဖြတ်အောင် ပုတ်လိုက်သေးသည်။

‘ချမ်း.... ငါ့ကိုစောင့်ပါဦး။ အမေ။ ငါလာ လို့မရဘူး။ ဟီးဟီး’

‘အဲဒီ ရာဘာကြီးတန်းကြီးပါ လုလုရ၊ အသာလေး မ၊ပြီး တိုးဝင်နဲ့’

‘လမ်းလည်း လျှောက်ပိတ်ထားတာပဲ။ ဟိုလက်ကြီးက ခဏခဏ
လှမ်းပုတ်နေတာ။ ဒီနားတင် သေသွား နိုင်တယ်’

‘ချမ်း.... မရောက်သေးဘူးလား။ ဟိုနားက လှမ်းရိုက်လိုက်၊ ဒီနားက
လှမ်းပုတ်လိုက်နဲ့။ ခြေထောက်လည်း မနေရဘူး။ ဘယ်လိုချောင်းနေကြ
တာလဲ ကောင်နာတွေရဲ့’

‘နင်ပဲ မကြောက်ဘူးဆို’

‘ကြောက်အောင် လုပ်ထားတဲ့ဟာ။ ကြောက်တာပေါ့။ ပြန်ထွက်ကြ
ရအောင်ပါ ချမ်းရဲ့။ ငါသေရတော့မယ်’

မျက်လုံးကို မှိတ်၍သူ့ကိုဆွဲကို အနောက်ဘက်မှ ကပ်လိုက်ရင်း အော်
ရင်း ဟစ်ရင်း တစ်ခါတစ်ခါ မျက်ရည်ကျရင်းနှင့် အတော်လေးကြာမှ
သူမတို့ အပြင်ဘက်ကို ရောက်ခဲ့လေသည်။

‘သရဲအိမ်တော့ ဘယ်တော့မှ မဝင်တော့ဘူး။ ငရဲခန်း ဆင်းရဲသလိုမျိုး
ပဲ’

‘လုလုရာ။ နင်အော်သံက ပိုစိတ်ညစ်ဖို့ ကောင်းတာ သိရဲ့လား။ ငါဖြင့်
အားလုံးကို အရပ်တွေလို့ပဲ မြင်တယ်’

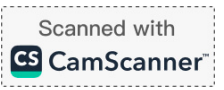
‘အေး.... မေ့လဲမနေခဲ့တာ ကံကောင်းတာပဲ။ ဒါပေမယ့် မေ့မလဲရဲပါ
ဟု။ သရဲတွေကြားထဲမှာ တော်ကြာ နင်က ပစ်ထားခဲ့ရင် သတိပြန်ရတဲ့
အခါ ပြန်မေ့ဦးမှာပဲ’

‘နင်ကိုက ကြောက်တတ်လို့ပါ လုလုရာ’

‘နင်က ယောက်ျားကိုး အေးချမ်းရဲ့။ သတ္တိရှိမှာပေါ့’

‘အခုကျ အေးချမ်းဖြစ်သွားပြီလား။ အထဲမှာတုန်းက အေးချမ်းလို့
တောင် မအော်နိုင်ခဲ့ဘဲနဲ့’

သူမ ရယ်မိသည်။ ခုမှ စိတ်လက် ပေါ့ပါးသွားသည်။ ဒါတောင်



သူက သရဲရထားစီးဦးမလားဟု မေးနေသေးသည်။

‘သရဲ ရထားစီချင်သေးရင် ငါ့ကို သတ်ပြီးမှသာ ခေါ်သွားပါတော့ ချမ်းရယ်’

မိုးကျော်ကတော့ သူမကို အသည်းအသန် လှောင်ပြောင်ဟားတိုက် သည်။ ကားပေါ်ရောက်မှ သတိထားမိသည်။ သူဝတ်လာခဲ့သော မိုးပြာနု ဟာဝေယံရှပ်၏ နောက်ဘက်မှာ သူမ နှုတ်ခမ်းနီ ကွမ်းသွေးရောင်တွေ ပေပွနေသည်။ အားနာလိုက်တာ။ ရွှေဘဲက မပြန်ခင်မှာ သူမ နှုတ်ခမ်းနီကို ထပ်ဆိုးမိသည်။ သည်နေ့ သူမဆိုးမိတာ သူ့ကို အလွယ်တကူ ပေပွသွားခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ကျန်လူများကမူ သတိမပြုမိကြ။ အခွင့်မသာသဖြင့် သူ့ကို မတောင်းပန်လိုက်ရပေ။

ထိုနေ့ညကတော့ သူမ အိပ်ဆေးသောက်၍ အိပ်ရာဝင်လိုက်ရသည်။ မှောင်မည်းကြီးထဲမှာ ဟိုဟိုသည်သည် ပေါ်ထွက်လာတတ်သော လက်ကြီး များ၏ ခြောက်လှန့်မှု ကြောင့်လား၊ နွေးထွေးပူရှိန်သော လက်တစ်ဖက်၏ မားမားမတ်မတ် ရှေ့ဆောင်မှုနောက်က အားကိုးတကြီး လိုက်ပါခဲ့ရသော မိနစ်အတော်များများ၏ ခြောက်လှန့်မှုကြောင့်လားဆိုတာ သူမကိုယ်သူမ ဝေခွဲမရသော မေးခွန်းများ ဖြစ်လေသည်။

(၃)

မနက်ဖြန်ညတွင် မန္တလေးပြန်ရတော့မှာဖြစ်သဖြင့် ကိုတို့ကို ခွင့်တောင်း ကာ သည်ည ရှိစို့ထံ လာအိပ်ဖြစ်သည်။

‘ရှိစို့ ဒီကျောပိုးအိတ်က’

‘ချမ်းလေး။ နေ့လယ်က ငါ့ဆီ စာအုပ်ဝင်ငှားနေတုန်း ဘိုဘို ရောက် လာပြီး အရေးတကြီးခေါ်သွားတာ။ ညနေ ဝင်ယူမယ်လို့တော့ ပြောတာပဲ။ ဒီအချိန်မှတော့ မလာတော့ဘူးနေမှာ’

Prism ပုံသောချိတ်လေးနှင့် ကျောက်စိမ်းရင့်ရောင် ကျောပိုးအိတ်လေး ကို မြင်ကတည်းက သူမစိတ်ထဲမှာ မှတ်မိပြီးဖြစ်သော်လည်း သေချာအောင် တမင်မေးလိုက်ခြင်း ဖြစ်သည်။

‘လုလု မာမိတို့ အပြင်သွားလို့ ဆေးဆိုင်ကို ခဏသွားထိုင်လိုက်ဦး မယ်နော်’

ပြောပြောဆိုဆို ရှိစို့သည် မျက်နှာချင်းဆိုင်တိုက်ခန်းက ဆေးဆိုင်ဆီ ထွက်သွားလေရာ ဧည့်ခန်းထဲတွင် သူမနှင့် ကျောပိုးအိတ်တစ်လုံးတို့သာ ငုတ်တုတ်ကျန်ခဲ့သည်။ ထိန်းချုပ်မရသော စပ်စုစိတ်ကြောင့် ကျောပိုးအိတ်နား သူမ ရောက်သွားသည်။ သူ့လက်ချာစာအုပ်သည် ကိုလို သပ်ရပ်မှုမရှိ။ ကိုလက်ရေးပိုင်းပိုင်းလေးများထက် သူ့လက်ရေး ခပ်သော့သော့ကို သူမ ပိုသဘောကျနေမိပြန်သည်။ အနက်ရောင် သားရေပုံးနှင့် မထူမပါး စာအုပ် ပြားပြားလေးတစ်အုပ်ကို ဖွင့်မိတော့ ဒိုင်ယာရီစာအုပ်မှန်းသိလိုက်ရသဖြင့် အသာပိတ်ကာ ပြန်ထည့်ထားလိုက်သည်။

ထိုစဉ် အမှတ်မထင် စားပွဲကို ဖုံးအုပ်ထားသော မှန်ပြားအောက်က စာရွက်ဖြူလေးဆီအကြည့် ရောက်သွားသည်။ ထိုအကွရာဂဏန်းလေးများ သည် ဖုန်းနံပါတ်တစ်ခုဖြစ်သည်။ ထိုဂဏန်းခြောက်လုံးကို မြင်လိုက်ရချိန် တွင် သူမနှလုံးသား ဒိတ်ကနဲ သိသိသာသာ ဆောင့်ခနဲသွားသည်။ ဖုန်းနံပါတ် ဘေးကအမည်က နိုင်အေးချမ်းတဲ့။

သည်ဖုန်းနံပါတ်ပိုင်ရှင်သည် သူတုလား၊ ထူးဆန်းလိုက်တာ၊ သေချာ

ရအောင်လေ ရှိစို့တို့ ဖုန်းပေါ်မှာ တပ်ထားသော စာရွက်အတိုလေးပေါ်က ဂဏန်းလေးများနှင့် တစ်လုံးချင်း လက်ညှိုးဖြင့် ထောက်ကာ တိုက် ကြည့်မိသည်။ အသေအချာပေါ့။ ရှေ့ဂဏန်း(၅) လုံးသည် ရှိစို့တို့နံပါတ်အတိုင်း ဖြစ်ပြီး နောက်ဆုံး ဂဏန်းမှာ ရှိစို့တို့က (၆)ဖြစ်ပြီး ထိုနံပါတ်၏ အဆုံးသတ်ကာ (၈)ဖြစ်နေတာ။

ဆိုဖာနောက်မှိုကို အရပ်ကြီးပြတ် မှီချ လိုက်ရင်း မျက်လုံးများကို မှိတ်ထားလိုက်သည်။ သည်လောက်ထူးဆန်းသော အဖြစ်အပျက်ကို သူမ ကြုံခဲ့သတဲ့လား၊ တိုင်ကပ်နာရီကို လှမ်း ကြည့်လိုက်တော့ ည(၈)မှာရီခွဲ။

‘ဟဲလို ပြောပါဗျာ’

ဖုန်းထူးသံသဲ့သဲ့သည် သူမနားစည်ကို အကြီးအကျယ် တုန်ဟီးသွားစေသည်။ သေချာ ပါသည်။ သူ့အသံ၊ သူမသည် ဖုန်းထဲကနေ ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်ခဲ့ရသော ထိုအသံကို သူမ ကောင်းကောင်းကြီး မှတ်မိပါသည်။ မောဟိုက် လာသောစိတ်နှင့် ဖုန်းခွက်ကို ကျစ်ကျစ်ပါအောင် ဆုပ်ကိုင်ထားမိသည်။

‘ဟဲလို ဘယ်သူပါလဲဗျာ၊ ကျွန်တော် မကြားရလို့ပါ’

သေချာနေပြီဖြစ်သော သူ့အသံကြောင့် စကားလုံးများသည် လည်ချောင်းဝမှာ တစ်ဆို့ နေသည်။ ချောင်းတစ်ချက် ဟန့်လိုက်ရင်း

‘ချမ်းလား ငါလုလုပါ’

ခဏတိတ်ဆိတ်သွားပြီးမှ

‘လုလု နင်ဘယ်က ဆက်နေတာလဲ၊ ဘယ်ရောက်နေတာလဲ၊ ဘာဖြစ်လို့လဲ’

သူ၏ စိုးရိမ်တကြီးမေးခွန်းများသည် သူမကို မောပန်းစေသည်။ သူမကို ဝေဒနာတွေ ဘာဖြစ်လို့ အထပ်ထပ် ပေးချင်နေရတာလဲ ချမ်း ရယ်။

‘ငါ ဒီည ရှိစို့နဲ့အိပ်မှာ၊ မနက်ဖြန် ညနေ ကားနဲ့ ပြန်တော့မယ်။ နင့်ဖုန်းနံပါတ်တွေ့လို့ ငါဆက် ကြည့်လိုက်တာ။ နင့်လွယ်အိတ်ကို လာမယူတော့ဘူးလား’

‘အခုလေးတင် ပြန်ရောက်တာ၊ ပြန်ထွက် ရဦးမှာ၊ လမ်းလည်း မသင့်ဘူး၊ ရပါတယ်၊ မနက်စောစော ဝင်ယူလိုက်မယ်၊ နင်နဲ့လည်း တွေ့ရတာပေါ့’

စကားများများမပြောဖြစ်ဘဲ ဖုန်းချဖြစ် သည်။ သူမကတော့ အရာရာကို အံ့သြမဆုံး။

လွန်ခဲ့သော လေးနှစ်တိတိက ရန်ကုန်ကို အောင်
လက်မှတ်လာထုတ်စဉ်က ရီစီဆီ ဖုန်းဆက်ရင်း
(ရီစီနှင့် သူမက မန္တလေးက ဆယ်တန်းဘော်ဒါ
တစ်ခုကိုတက်ရင်း ခင်မင်ခဲ့ကြခြင်းဖြစ်သည်)
ထိုင်နံပါတ်ဆီ မှားဝင်ခဲ့သည်။ တစ်ဖက်က သူမ
ဖုန်းနံပါတ်ကို ပြန်မေးကြည့်ပြီး

‘ဖုန်းမှားနေတယ်ဗျာ၊ ကျွန်တော်တို့က ၈
နဲ့ဆုံးတာပါ’ ဟူ သောစကားပြောသံတစ်ခုဝယ်
သူမ ခင်မင်သွားခဲ့သည်။ သူနံပါတ်ကို သိခဲ့သော
ကြောင့် တမင်နှိပ်ကာ သူ့အသံကို ခိုးနာထောင်
ခဲ့ဖူးသည်။

‘ဟဲလို ပြောပါဗျာ’

‘ဟဲလို ဘယ်သူပါလဲဗျာ၊ ကျွန်တော်
မကြားရလို့ပါ’

စိတ်ရှည်စွာ ပြောရင်း စိတ်တိုသံအဖြစ်
ပြောင်းသွားသောအခါ ဖုန်းကို ဦးအောင် ချပစ်
လိုက်ရတာကို ပျော်ရွှင်နေခဲ့သည်။ သူ့အသံသည်
သူမအတွက် ထူးခြားကာ ဖန်ဆင်းမှု တစ်ခု
တစ်ရာကို ပေးနိုင်လေသည်။ သူ့ထံ သူမ ခြောက်
ကြိမ်ထက်မနည်း ဖုန်းခေါ်ခဲ့ဖူးသည်။ နောက်မှ
ရူးပေါပေါကိစ္စမျိုးဟု ဆင်ခြင်မိကာ ကိုယ့်ကိုယ်
ကို ထိန်းချုပ်ခဲ့ရခြင်း ဖြစ်သည်။ သည်နံပါတ်က
တော့ ဘယ်လိုမှ မေ့လို့မရ။ ရီစီဆီ ဖုန်းဆက်
တိုင်း မမှားရလေအောင် ဂရုစိုက်ရသဖြင့် ပို၍
မှတ်မိစေရန် ဖန်တီးသလို ဖြစ်နေခဲ့သည်။

ဖန်ပြားအောက်က စာရွက်လေးကို ထပ်
ကြည့် လိုက်တော့ သူ့နာမည်နှင့် နောက်ထပ်
ဖုန်းနံလုံး ရှိသေးတာကိုပါ သိလိုက်ရသည်။
အကယ်၍ သူမ အလွတ်ရနေသော နံပါတ်ကို
ဖြတ်ပစ်ခဲ့လျှင် သူမုန်း သိမှာမဟုတ်။ ထိုင်နံပါတ်
သည် ဟိုးတုန်းက ပိုင်ရှင်ထံမှာ ရှိနေဆဲမို့သာ
သည်အဖြစ်အပျက်ကို သူမ သိရခြင်းဖြစ်သည်။

သူမ အသက်(၁၈)နှစ်အရွယ်က ရင်ခုန်
ပျော်ရွှင်ခဲ့ဖူးသော အသံပိုင်ရှင်သည် သူမ
အသက်(၂၂)နှစ်အရွယ်မှာ စိတ်လှုပ်ရှားသွား
အောင် ပြုစားနိုင်သော လူသားတစ်ယောက်နှင့်
တစ်ထပ်တည်း ကျနေခဲ့သတဲ့လေ။

သိပ်ထူးဆန်းသော သူမအဖြစ်သည် အချိန်
တွေ နောက်ကျပြီးမှ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့သည်။ အရာ
အားလုံးသည် သူမပြုပြင်၍ မရနိုင်အောင် အစီ
အစဉ်တကျ ရှိနေခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ သိပ်မဝေးတော့
သော သူမ၏ သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ဘွဲ့၊
နောက်.... နှစ်ဖက်လူကြီးများက အသိအမှတ်ပြု

ပေးထားသော ကိုနှင့် သူမတို့၏ချစ်သူဘဝဟူသော အဖြစ်အပျက်၊ ပထမနှစ်
ကတည်းက သူမကို ခွဲကြီးစွာ စောင့်စားကာ တတိယနှစ်ရောက်မှ ရွေးချယ်
သင့်ကြောင်း အသိဖြင့် လက်ခံခဲ့သည့်အဖြစ်ကိုပင် အလွန်တရာ ကျေနပ်
ပျော်ရွှင်နေသော သူမချစ်သူ ‘ကို’ တဖြစ်လဲ ကိုသိဟန်။ ကိုအပေါ်မှာလည်း
မတရားမလုပ်ချင်ပါ။ နောင်တရလိုက်လျှင်ကော ဘယ်အဖြစ်အပျက်ကို
ပြောင်းလဲပစ်နိုင်မှာမို့လဲ။

သည်လိုနှင့် သူမ၏ ရင်ခုန်သံအစစ်အမှန်ကို သူမ ကျောခိုင်းရတော့မှာ
လည်း ဟူသောအသံသည် သူမကို တုန်လှုပ်ခြောက်ခြားစေသည်။

‘ဘာမှ ပြင်ဆင်ခွင့်မရှိတဲ့ ကျွန်မအတွက် ဖြေသိမ့်ခွင့်လေးတော့
ရှိမှာပါနော်’

တိုးတိုးရေရွတ်ရင်း သူ့ဒိုင်ယာရီကို ပြန်ဖွင့်သည်။ သူမနှင့်ပတ်သက်
သော စာကြောင်းလေးတစ်ကြောင်းမျှ ရေးမထားလျှင်တော့ ဒါ.... သူမ၏
ကုသိုလ်ကံပဲပေါ့လေ၊ မိမိချစ်ရသူက မိမိအပေါ် မည်သို့သဘောထား
ရှိနေလဲဆိုတာ လောက်တော့ သိချင်မိသည်။

လျှောထွက်ကျလာသော ဓာတ်ပုံသေးသေးလေးက သူမကို ဦးစွာ
ပြက်ရယ်ပြုသည်။ နောက်ကျောတွင် ‘ကိုကိုအတွက် ချစ်သောငယ်ငယ်’
ဟု ရေးထားသည်။ သူမ ပြန်ပိတ်ရန် မိမိကိုယ်ကို စေခိုင်းသော်လည်း
မအောင်မြင်၊ ဓာတ်ပုံထဲက မိန့်ကလေးသည် တစ်စုံတစ်ရာ အပြစ်မရှိအောင်
လှရက်လွန်းသူတစ်ယောက်ဖြစ်နေသောအခါ ပို၍ သိမ်ငယ်ရလေသည်။
သူ့ဒိုင်ယာရီသည် စိတ်ကူးပေါက်မှ ထရေးလေ့ရှိဟန်တူသည်။ စာအုပ်အစ
မျက်နှာတွင် ၁၉၉၉ နေ့စွဲဖြင့် ရေးထားသည်။ စာအုပ်က သုံးပုံတစ်ပုံလောက်
ကျန်နေ သေးသည်။ Light Pen အဝါရောင်အပြားဖြင့် တားထားသော
စာတန်း ခပ်သော့သောတစ်ခုထဲ သူမအကြည့် ရောက်သွားသည်။

ကိုန်စာတစ်ပုဒ် (၁-၁၀-၂၀၀၃)

ဘယ်လောက်ရက်စက်တဲ့ ကိုန်စာလဲကွာ၊ ငါရူးမတတ်ပါပဲ၊ ဒီည
ဒဂုန်စင်တာမှာ ပြန်ဆုံတော့ သူ့ကို ငါတကယ်ချစ်တာ သိခဲ့ရတယ်။
ဒီလောက်နှစ်တွေကြာတာ ငါမမေ့နိုင်ခဲ့ဘူး။ သူ့နောက် တကောက်ကောက်
လိုက်နေခဲ့တာ သူကတော့ မသိရှာဘူး။ သူ့အိမ်ကို လိုက်ချင်တဲ့စိတ်ကို
မနည်း ချိုးနှိမ်ပြီး လှည့်ထွက်ခဲ့ရတယ်။ ငါ့မှာ အရာရာကို ပြင်ဆင်နိုင်ခွင့်မှ
မရှိဘဲ။ သိပ်ရက်စက်တဲ့ ကိုန်စာတစ်ပုဒ်အတွက်တော့ အချိန်တွေ အများ
ကြီးယူပြီး ကုစားရမှာပဲ။ ပျောက်ဖို့တော့ သိပ်မသေချာဘူး ကောင်မလေး
ရယ် . . .

ကိုန်စာမက်သူ (၂-၁၀-၂၀၀၃)

ဘုရားရေ!

ရန်ကုန်မြို့ကြီး ဒီလောက်ထိ ကျဉ်းနေခဲ့ပြီလား။ မီးပွိုင့်မှာ ကားရပ်
နေတုန်း ကားပြတင်းကနေ အပြင်ကို ငုံ့အကြည့် သူ့ကို ဘေးက Taxi
ကားရှေ့ခန်းမှာ တက်ကြွမှု အပြည့်နဲ့တွေ့လိုက်ရတော့ ငါလိုင်းကားပေါ်ကနေ
ပြေးဆင်ပြီး အဲဒီကားထဲ လိုက်သွားချင်မိတဲ့အထိ ငါ့ကို ရူးသွပ်စေတယ်။
သူက မော့အကြည့်မှာ ငါနဲ့မျက်လုံးချင်းဆုံတော့ ငါ့ကိုယ်မှာ စီးနေသမျှ
သွေးတွေ လောင်မြိုက်သွားသလို ငါခံစားလိုက်ရတာ။ ငါ့ရဲ့မိုက်မဲစိတ်တွေကို
ကြီးစားတည်ဆောက်ရင်း ကျောင်းကို ရောက်ခဲ့တယ်။

စာသင်ခန်းအနောက်ဘက်ကနေအဝင် သူ့ကို ရီစီနဲ့လိုင်းနေတာ မြင်

လိုက်တော့ အတန်းဝမှာ ငါသေဆုံးသွားပြီလို့ ထင်လိုက်မိတယ်။ လောကကြီးက အဲလောက်ရက်စက်တတ်သလား။

ငါ့နားကို သူရောက်လာခဲ့ပြီတဲ့လေ။

တဒိတ်ဒိတ်နုနုလာသော ရင်အုံကို သူမလက်ဖြင့် ဖိထားမိသည်။ ဘုရားဘုရား..... ။ ဒါဆို သူကလည်း သူမကို။ ဆရာ စာသင်တော့ ငါ့အနောက်ဘက် ခပ်စောင်းစောင်းနေရာက သူ့ကို ခဏခဏ ခိုးကြည့်မိတယ်။ သူကတော့ ဟိုးတုန်းကလိုပုံစံနဲ့ မပြောင်းလဲသေးဘူး။ ခံစားလိုက်ရတာကွာ။ လောကကြီး ငါ့အပေါ် ဘယ်လောက်ထိ ရက်စက်ထားလဲ။ အတန်းချိန် တစ်ဝက်မှာ ငါခိုးကြည့်တာ အမိခံလိုက်ရတယ်။ Please don't despise me. ငါ့ကို အထင်မသေးလိုက်ပါနဲ့ကွာ။

ငါ မင်းကို ရူးသွပ်နေခဲ့တာ လေးနှစ်တိုင်အောင် နေတိုင်းပါပဲ!!!

ကမ္ဘာကြီးဝင်ရိုးပေါ်မှာ ပြောင်းပြန်လည်သွားပြီထင်၏။ အရာရာသည် အိပ်မက်သဖွယ်။ ပီပီပြင်ပြင် မသေချာသော လက်ရှိအချိန်မှာ သူမဆိုတာ လွင့်မျောနေသော တိမ်စိုင်းလေးတစ်ခုလိုလို။ သည်မြို့တော်ကြီးမှာ သည်လို ဖြစ်ရပ်မျိုး တကယ်ရှိခဲ့ဖူးသတဲ့လား။

ရိုစီက ခေါ်မိတ်ဆက်ပေးတော့ သူမိတ်ဆွေဖြစ်ခွင့် ရသွားတယ်။ ဘာလို့ ဒီလောက်ထိ အချိန်တွေအများကြီး နောက်ကျခဲ့ရတာလဲ၊ စကားပြောရင် အလှအယက် ဝင်ပြောတတ်တဲ့ ငါ့မျက်နှာချင်းဆိုင်က ကောင်မလေးဟာ လွန်ခဲ့တဲ့ လေးနှစ်တုန်းက ငါ့ခြေထောက်ကို သူထောက်ဖိနှပ်အချွန်ကြီးနဲ့ တက်နှင်းခဲ့ဖူးတဲ့..... ငါ့အိပ်မက်တွေထိ နှောင့်ယှက်ခဲ့ဖူးတဲ့ ငါ့နတ်သမီးလေ၊ ငါ့အဖြစ်ဟာ ယုံနိုင်စရာမရှိပါလား၊ ကျောင်းဆောင်အပေါ်ထပ်မှာ ငါနဲ့ အပြန်အလှန်စကား စစ်ထိုးကြတာ တကယ်ဖြစ်ရပ်မှ ဟုတ်ရဲ့လားလို့ အခုထိ တွေးနေမိတုန်းပဲ။ အချိန် နာရီတွေကို နောက်ပြန်လည်ခိုင်းပြီး အသစ်ပြန်စခွင့်ရှိချင်တယ် ကောင်မလေးရယ်။ အခုတော့ သိပ်ရက်စက်တဲ့ ကျိန်စာ သင့်နေပြီ။ ရူးသွပ်မိုက်မဲမှုအပြည့်နဲ့ အဲဒီကျိန်စာကို မက်မောတဲ့ကောင် ဖြစ်နေပြီ။

ဒိုင်ယာရီရှေ့စာမျက်နှာများကို တဖျတ်ဖျတ်ပြန်လှန်ကာ ရှာမိသည်။ သိပ်မရှာရ။ နေ့စွဲတစ်ခုကို ခရမ်းရင့်ရောင်လိုက်ပန်ဖြင့် ရေးသားထားသော စာမျက်နှာတစ်ခုကို တွေ့လိုက်ရသည်။

မြင်မြင်ချင်းချစ်တယ်ဆိုတာ ငါလက်မခံခဲ့ပါဘူး။ ဒါပေမယ့် သူ့ကို စတွေ့လိုက်ရတော့ ငါ့စိတ်ထဲမှာ တစ်မျိုးကြီးပဲ။ ဟိုးတုန်းက ဆုံဖူးသလိုလို၊ နောက်ထပ်ဆုံဦးမှာလိုလို။ ငယ်ငယ်လို မချောပေမယ့် တအားသဘောကျ သွားတယ်။ အောင်လက်မှတ်ကို အလှအယက်တိုးယူလို့ သူ့အစ်ကိုက ဟောက်တာကို မခိုးမခန့် မျက်စိချိုလိုက်တာ မဆီမဆိုင် ငါ့ရင်ထဲ ဒိန်းကနဲ။ နာမည်ခေါ်တော့ ‘ဟုတ်ပါတယ်။ လုလုကျော် ဒီမှာပါ။ ကျွန်မ ကျွန်မ လုလုကျော်. လုလုကျော်’ တဲ့လေ။ သူ့နာမည်ရော၊ သူ့ပုံစံရော ငါ့အတွက်တော့ ဘယ်တော့မှ မမေ့နိုင်တော့ဘူးဆိုပြီး ခပ်ကြောင်ကြောင် တွေးမိပါရဲ့။ သူ့အောင်လက်မှတ်ကို လှမ်းကြည့်တော့ ဘာသာစုံ ဂုဏ်ထူးရှင်မှန်း သိလိုက်ရတယ်။ မင်းပုံစံက ဆေးကျောင်းသူလုပ်မယ့်ပုံစံပဲလို့ တွေးနေတုန်း ငါ့ခြေဖမိုးပေါ်ကို ဒေါက်ချွန်ကြီးနဲ့ နင်းထည့်လိုက်တာ အိစလဲဝေသွားတာပဲ။ ဒါပေမယ့် ငါမအော်ဖြစ်ဘူး။ ဟာသပဲ။ မင်းက ဘယ်သူနင်းမိမှန်းမသိတော့ ဘေးနားမှာရှိသမျှလူတွေကို ‘ကန်တော့နော် နင်းမိတာ’ ဆိုပြီး လှည့်ပြောနေတာ။ တကယ်တော့ အနင်းခံရတဲ့ကောင်ကိုတော့ မင်း

မမြင်ဘူး။

ည ရွှေတိဂုံဘုရားမှာ ပြန်ဆုံကြပြန်ရော။ ဗုဒ္ဓဟူးထောင့်မှာ အလှအယက်ဝင်တိုး ရေသပ္ပာယ်နေတဲ့ သူ့ကို ငါကပဲ စမြင်တာပါ။ ဘုရားပေါ် ပုတီးလာစိပ်နေတဲ့အဒေါ်ကို ထိုင်ကန်တော့ချင်စိတ် ပေါက်မိတယ်။ သူ့ကို လာကြိုလို့ မင်းနဲ့ဆုံတာ ကောင်မလေးရေ.....။ ငါကြည့်နေတုန်း သူ့ရဲ့ ရေခွက်ကိုင်ထားတဲ့ တံတောင်ဆစ်ကို တစ်ခုခုနဲ့တိုက်မိပြီး အနားက အမျိုးသမီးကြီးကို ဖြုန်းကန် ပက်လိုက်သလိုဖြစ်သွားတယ်။ လူတွေကြားထဲ အလှအယက် တိုးတာကိုး။ အမျိုးသမီးကြီးက ရှိုးအပြည့်၊ မိတ်ကပ်အဖွေးသားနဲ့၊ နှုတ်ခန်းနီကဆို ရဲလို့။ ရွှေကိုင်းတပ်မျက်မှန်ကြီးလည်း ရွဲ့၊ မိတ်ကပ်တွေလည်း ကုန်တော့ သိပ်စိတ်ဆိုးသွားပုံပဲ။ အဲဒါ သူ့ကို အလှအယက် တောင်းပန်တော့ အောင့်သက်သက်နဲ့ တစ်ရှူးနဲ့ သုတ်ပစ်ရတာပေါ့။ မင်းလည်း ဇက်ကလေးပုပြီး ရေဆက်မသပ္ပာယ်တော့ဘဲ မလှမ်းမကမ်းမှာ ရပ်စောင့်နေတဲ့ အစ်ကိုဆီ ပြေးသွားတော့ ငါ့ရင်ထဲမှာ ဟာသွားတယ်။

သူ့ရဲ့ နေ့ရက်အများကြီးကို စိုးမိုးခဲ့သူသည် တကယ်ပဲ သူမ ဖြစ်နေသတဲ့လေ။ တစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် အတူတကွ မြို့သိပ်ခံစား နေခဲ့ကြတာကို အချင်းချင်း မသိခဲ့ကြ။ သူ့အသံမှာ ရင်ခုန်ခဲ့ဖူးတာ သူကလည်း ကန်းဂရူး။ သူမနောက် တကောက်ကောက်လိုက်ပြီး သူတိတ်တိတ်လေး ခံစားရသူဖြစ်ကြောင်း တွေးမိသောအခါ ရင်ထဲမှာ တစ်တစ်ဆို့ဆို့ကြီး ဖြစ်ရလေသည်။

ပန်းဆိုးတန်းစာအုပ်ဆိုင်မှာ အစ်ကိုနှင့်အတူ အလှအယက် စာအုပ်ဝယ်နေသော သူမကို နောက်နှစ်ပတ်အကြာမှာ ထပ်ဆုံကြောင်း ရေးသားထားသည်။ ဒါဆို သူမတို့နှစ်ယောက်သည် သိပ်လှပရက်စက်သော ကျိန်စာသင့်သူများ ဖြစ်ပေသည်။

သူမိဘနှင့် ငယ်ငယ်မိဘတို့၏ အပြန်အလှန် ကျေးဇူးများ၊ လောကအလယ် တစ်ယောက်တည်း ကျန်ရစ်ခဲ့သော ငယ်ငယ်ကို တစ်ချိန်တွင် တာဝန်ယူရမည့်သူဘဝ။ လောကကြီးအတွက် မထူးဆန်းသော်လည်း သူမတို့၏ အဖြစ်အပျက်ကို ထူးဆန်းစေရန် အခြေခံဖြစ်လာခဲ့သည်။

ဒိုင်ယာရီစာအုပ်ကို နေသားတကျ ပြန်ထည့်ပြီး သိပ်မကြာခင် ရိုစီပြန်ရောက်လာသည်။

ထိုညက သူမ ဒီဇက် အကူအညီဖြင့် အိပ်ရာ ဝင်လိုက်ရသည်။ မနက်မိုးလင်းတော့ ရှိစီက ခူးရင်းသီးသုံးလုံးကို ညွှန်ပြရင်း ‘ချမ်းလေ’

‘နင့်အတွက်တဲ့။ ညက သန်းခေါင်ကြီး ထလာပြီး လွယ်အိတ် လာယူသွားတယ်။ ညအိပ် ဝတ်စုံကြီးနဲ့ထလာတာ။ ခူးရင်းသီးက သူ့မှာ အဆင်သင့်ရှိလို့တဲ့’

‘ဘာနဲ့လာတာလဲ’

‘အိမ်ကကားနဲ့ပေါ့။ အဲလိုပဲ တစ်ခါတစ်ခါ ဂေါက်ချင်တယ်။ နင်ဆေးသောက်ပြီး အိပ်နေပြီ ဆိုလို့ မနိုးနဲ့ တော့တဲ့လေ’

ညနေကားဂိတ်ကို လိုက်ပို့သူများတွင် သူ တစ်ယောက် မပါခဲ့ပါ။ သူမ စကားလုံးတွေ စိထားခဲ့သော်လည်း ထိုအစီအရီလေးအတိုင်း ရင်ထဲမှာပဲ ရှိနေတော့သည်။ မြို့သိပ်နိုင်လိုက်တာ ချမ်းရယ်။ စကားလုံးခြောက်လုံးတည်းပဲ ပြောခဲ့ ချင်တာပါ။ ဒါလေးကိုတောင် လာနားမထောင် ပေးတော့ဘူးလားကွယ်။ ချမ်းရေ ငါ နင့်ကို စောင့်နေခဲ့ဖူးပါတယ်။ စကားလုံးခြောက်လုံးကို ပြောဖို့ပေါ့။ ‘နင် Diary ကို ဖတ်မိတယ်’ လို့

သူမရင်ထဲမှာ လေးလံစွာ ညည်းညူနေမိ သည်။ မိုးကျော်ကတော့ ဘာမှမသိ။ ‘မိလှတော့ ခါတိုင်းလို အလှအယက် မရှိတော့ဘူး။ သရဲ အိမ် ဝင်ပြီးကတည်းက အချိုးပြောင်းသွားတော့ တာပဲ’

ဘိုဘိုနှင့်ရှိစီ၊ ကိုကိုနှင့်ယောက်မကလည်း နောက်ထပ်အလည်လာဖို့ကိုပဲ အလိုက်ကန်းဆိုး မသိ ပြောနေကြပြန်သည်။ သူမ ဘယ်လို အင် အားမျိုးနှင့် သည်မြေကို နောက်ထပ် ခြေချရ မှာလဲ။

ကားစက်အနီးမှာတော့ ဆိုဖာခုံပေါ် ပစ် ထိုင် ချလိုက်ရင်း စိတ်လျှော့လိုက်သည်။ မျက် လုံးများကို မှေးလိုက်တော့ မျက်ရည်တစ်ပေါက် ကျလာသည်။ သေချာတာပဲ။ သူမကိုယ်တိုင် လည်း သည်ကျိန်စာကို တွယ်တာမက်မောနေ ဦးမှာဆိုတာ။

(၄)

မန္တလေးတောင်ပေါ်တွင် ဆီမီးရောင်စုံ၊ လျှပ်စစ်မီးရောင်စုံဖြင့် ယှက်ဖြာတောက်ပနေ သည်။ သူမတို့အဖွဲ့ကြီးသည် တောင်ပေါ်ဘုရား ရင်ပြင်မှ နေ၍ မန္တလေးမြို့ကို အုပ်မိုးကြည့်နေ ကြသည်။ ရောင်စုံမီးလုံးလေးတွေ ပြန့်ကြဲနေ

သော မန္တလေး ညရွှေခင်းသည် သူမတို့အားလုံးကို ညှို့ယူဖမ်းစားနေ သည်။ မီးရှူးပန်းရောင်စုံတို့ ထောင်ပန်းထွက်လာတိုင်း သူမတို့ မျက်တောင်ခတ်ရန် မေ့လျော့နေသည်အထိ လှပလွန်းသည်။

အရှေ့ကောင်းကင်မှာတော့ ဝိုင်းစက်စက် လမင်းကြီးသည် သိပ်မတောက်ပသေးဘဲ မေးတင်ခါစသာရှိနေသည်။ မိုးသား ကင်းစင်သောကြောင့် ကြယ်ပွင့်များက ပြုံးပြုံးပြက်ပြက် လင်း နေသည်။

သူမခေါင်းပေါ်မှာ ကြယ်ပွင့်များ ပန်ထားသော ကောင်းကင် ကြီးတစ်ခုရှိနေသလို သူမ ငုံ့ကြည့်ရာနေရာ မြေပြင်သည်လည်း ကြယ်တွေ ပြန့်ကြဲနေသော ကောင်းကင်ကြီးတစ်ခုဖြစ်နေသလို ခံစားရသည်။ တောင်ပေါ်ကနေ မီးရောင်စုံ လင်းနေသော မန္တလေး ကို ငုံ့ကြည့်လိုက်တိုင်း အာကာသ အမြင့်ဆုံးတစ်နေရာကနေ ကြယ် တွေ ရှိသော ကောင်းကင်ကို ပြန့်ငုံ့ကြည့်နေသလိုမျိုး ဖြစ်သည်။

စစ်ကိုင်းနှင့် မင်းကွန်းတောင်ရိုး၏ အနားသတ်များကို မီးလုံး များက လှပစွာပုံဖော်ထားသည်။ အောက်ခြေမှာတော့ တိတ် ဆိတ်မဲမှောင်နေသော ဧရာဝတီမြစ်ကြီး၊ ဟိုတစ်စ သည်တစ်စ လူးလွန်တက်လာသော မီးပုံးပျံများကို မြင်ရသည်။ သူမလည်း မီးပုံးပျံထဲကနေ စီးနင်းလိုက် ပါချင်လိုက်တာ။ သည်ဧရာဝတီ မြစ်ကြော တစ်လျှောက် အဆုံးထိပေါ့။ ဟိုးတောင်ဘက် မုတ္တမ ကွေ့နားအထိလေ။ သူရှိနေမည့်နေရာဆီပေါ့။

ဆယ်တန်းနှစ်တုန်းက အကြိမ်ကြိမ်အခါခါ လေ့ကျင့်ခဲ့ဖူး သော မြန်မာနိုင်ငံမြေပုံကို မြင်ယောင်လာသည်။ သူမရှေ့တည့် တည့် ဟိုးအဝေး မိုင်ပေါင်း(၄၃၀)အကွာ တည့်တည့်မှာ ထိုမြို့ရှိ သည်။ သူမဘဝအတွက် အံ့ဩစရာအမှတ်တရတွေ ပေးခဲ့သော ခြေလှမ်းများချခဲ့ရာ မြို့ကြီးပေါ့။ ထိုမြို့တွင် သူရှိကောင်း ရှိလိမ့် မည်။

သူငယ်ချင်းကောင်းလေးတစ်ယောက် သူမထံ မီးရှူးအရှည် ကြီး တစ်ချောင်းလာပေးသည်။ မီးရှူးပန်းထိပ်က ယမ်းစကို မီးနှင့် တို့ချိန်ဝယ် သူ့လက်ရေးခပ်သော့သောလေးများကို ပြေးမြင်သည်။ ကျိန်စာတစ်ပုဒ်ကို မက်မောနေဆဲပဲလား။ တိုက်ခန်းလေးထဲက ကွန်ပျူတာတစ်လုံးရှေ့ အလုပ်ရှုပ်ချင်ဟန်ဆောင်နေမှာလား။ တိုက်ခန်းဝရံတာမှာ (သို့မဟုတ်) ဘုရားတစ်ဆူဆူ၏ ရင်ပြင်တော် တစ်နေရာကနေ ကောင်းကင်ကြီးကို မော့ကြည့်နေမှာလား။

သို့ဆိုလျှင်တော့ သူမ ပစ်ဖောက်နေသော မီးရှူးပန်းပွင့်လေး များကို သူမြင်ကောင်းပါရဲ့။ လက်ကို ဆန့်တန်းကာ မီးရှူးပန်းကို အမြင့်ဆုံးကိုင်မြှောက်မိသည်။ ပြီးမှ သူမအဖြစ်ကို ‘ဟက်’ ကနဲ အသံထွက် ရယ်မောမိတော့ ဝဲဘက်ရင်အုံဆီမှ ဆစ်ကနဲ စူးဝင် နာကျင်သွားလေသည်။

■

ခရေညီညီ
သွားဆေး (မန်း)

မျှော်လင့်ရည်စူး၊ မြတ်နိုးဖူးသည်
 ပွင့်ဦးသစ်နွယ်၊ မောင့်သက်လှယ်ကို
 နောင်တွယ်တိတ်တိတ်၊ ကြိတ်မြိုသိပ်၍
 စိုးစိတ်ကွန်ချာ၊ ဝေဒနာဖွဲ့
 သူငါတစ်ပါး၊ ဆွတ်ယူသွားရှင့်
 ရင်နင့်ကြမ္မာ၊ ထိုဒဏ်ရာလျှင်
 နွယ်တစ်မျှင် နောင်တွယ်ငင်သည်ကြောင့် . ။

(၁)

မမျှော်လင့်ဘဲ နွယ်နှင့်တစ်ဖန် ပြန်လည်ဆုံတွေ့ခွင့် ရခဲ့ခြင်းသည်
 ကျွန်တော့်အတွက် ကံကောင်းသည်ဟုပဲ ဆိုရမလား၊
 ကံဆိုးခြင်းဝေဒနာတို့၏ လမ်းစပေါ်သည်ဟုပဲ ဆိုရမလား
 မပြောတတ်ပေ။ ရန်ကုန်သွားဘက်ဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်တွင်
 နွယ်ကို စီနီယာကျောင်းသူအဖြစ် ပြန်တွေ့စဉ် ပထမတော့
 ကျွန်တော် ပြောမပြတတ်အောင် ဝမ်းသာသွားခဲ့သည်မှာ အမှန်ပင်။
 ဒုတိယနှစ် ဘီဒီအက်စ်ကျောင်းသားတစ်ယောက်အဖြစ်ဖြင့်
 မန္တလေး သွား/ဆေးမှ ရန်ကုန် သွား/ဆေးသို့ ပြောင်းရွှေ့လာခဲ့ပြီး
 ခြောက်ရက်မြောက်သောနေ့မှာပင် စာကြည့်တိုက်အတွင်း၌
 ကျွန်တော် နွယ်ကို ပြန်လည်တွေ့ဆုံခွင့်ရခဲ့၏။
 ထိုစဉ်က စားပွဲတစ်လုံးတွင် နေရာယူကာ စာဖတ်နေသော နွယ်ကို
 ကျွန်တော် စတွေ့လိုက်လိုက်တော့ 'နွယ်များလား' ဆိုသော
 ဒွိဟအတွေးဖြင့် ကျွန်တော့်နှလုံးသားက ဒိတ်ကန်ခဲ့သည်။
 ကွဲကွာသွားခဲ့ကြတာ နှစ်တော်ကြာပြီဆိုပေမယ့်
 နွယ်ပါးပြင်ပေါ်က စံပယ်တင်မဲ့ကလေးကိုတော့
 ကျွန်တော် ကောင်းကောင်းမှတ်မိနေခဲ့သည်။
 အရဲကိုးကာ သွားရောက်နှုတ်ဆက်ဖို့ကျတော့လည်း
 'တကယ်လို့များ လူမှားနေရင် ဒုက္ခ' ဆိုသော အတွေးက
 ကျွန်တော့်ခြေလှမ်းတို့ကို တုံ့နှေးလိုနေစေခဲ့သည်။
 'သက်သက်မဲ့လာအရောဝင်တယ်' ဟု အထင်မှားခံရလျှင် မကောင်းပါ။
 ကံကောင်းထောက်မစွာပင် နွယ်ဝတ်ဆင်ထားသော
 ဂျူတီကုတ်ဖြူဖြူလေး၏ ဘယ်ဘက်တစ်နေရာတွင် Name Plate ကို
 ဖတ်နိုင်လျှင် နွယ်ဟုတ်မဟုတ် ကျွန်တော် သိနိုင်သည်။
 နွယ်နှင့် မျက်စောင်းထိုးစားပွဲထိုးတွင် ကျွန်တော် ဝင်ထိုင်လိုက်ပြီး
 Name plate ကို လှမ်း၍ ကြိုးစားဖတ်ကြည့်လိုက်သည်။
 ဆံနွယ်ရှည်တစ်ချို့ ဖုံးကွယ်နေသဖြင့် သဲကွဲစွာ မမြင်ရနိုင်ပေ။
 ကျွန်တော် မချင့်မရဲစောင့်ဆိုင်းဆဲ နွယ်က ဖတ်လက်စစာအုပ်ကို
 ပိတ်ကာထရပ်သည်။ မျက်လုံးအကြည့်က ကျွန်တော့်ဆီရောက်လာ၏။
 ခဏပါပဲ၊ ပြီးတော့ အကြည့် ပြန်လွှဲကာသွားသည်။
 နွယ် ကျွန်တော်ကို မမှတ်မိဘူး။ ထိုအတွေးကြောင့်

စာကျက်မယပ်ပြင်တိုင်း
 အတွေးထဲကို
 စိုးမိုးဝင်လာတတ်တဲ့
 နွယ်ရဲ့မျက်နှာလေးအကြောင်း
 နွယ်ရဲ့အပြုံးလေးအကြောင်း
 နွယ်ရဲ့ကရုဏာစကားလေးတွေ
 အကြောင်း
 ကျွန်တော်
 ဘယ်လိုသတ္တိမျိုးတွေနဲ့
 ဖွင့်ဟပြောပြရပါမလဲ
 ကျွန်တော့်ရင်ထဲမှာ
 တိတ်တဆိတ်ပေါက်ဖွားနေတဲ့
 အချစ်သစ်ပင်လေးအကြောင်း
 နွယ်ကို
 ဘယ်လိုအသိပေးရမှာလဲ...
 နွယ်ရယ်
 နွယ်က အချစ်ကို
 သိနားလည်သူမှ မဟုတ်တာ

ကျွန်တော့်ရင်ထဲ ကျင်ခနဲဖြစ်သွားရ၏။
 နွယ်ကထရပ်ပြီး ဆံနွယ်ရှည်တို့ကို ကျော
 နောက်ဘက်သို့ စုသိမ်းကာ ခေါင်းစည်းကြိုး
 ပန်းရောင်လေးဖြင့် ချည်လိုက်တော့မှ name
 plate တွင် ရေးထွင်းထားသော အမည်နာမလေး
 ကို ရှင်းလင်းသဲကွဲစွာ မြင်ရတော့သည်။

အို နွယ်မှ နွယ်အစစ်ပဲ။ ကျွန်
 တော် ရင်းနှီးစွာ သိနှင့်ခဲ့သော နွယ်ရဲ့နာမည်
 ရင်းလေးက name plate ပေါ်မှ လှပစွာ တည်ရှိ
 နေသည်မဟုတ်ပါလား။

နွယ်က စားပွဲပေါ်မှ စာအုပ်တွေကို ပွေ့ယူ
 ပြီး လှည့်ထွက်ဟန်ပြင်မှ ကျွန်တော် 'နွယ်' ဟု
 ကမန်းက လှမ်းခေါ်လိုက်သည်။ နွယ်က
 ဖျတ်ကနဲ လှည့်ကြည့်လေ၏။ ကျွန်တော်ကို
 အကဲခတ်ကြည့်နေသော နွယ်မျက်ဝန်းတွေမှာ
 ဝေခွဲမရဟန်တူသော အရိပ်တွေ ယှက်ဖြာနေ
 သည်။ ကျွန်တော်လက်ထဲတွင် ကိုင်ထားသော
 Biochemistry စာအုပ် အပြာလေးအရ ကျွန်တော်
 ကို 2nd B.D.S ကျောင်းသားမှန်း နွယ် ခန့်မှန်းနိုင်



နွယ်တစ်မျှင် နှောင်တွယ်ငင်သည့်ကြောင့်... မိုးစက်ငြိမ်း

လိမ့်မည်။ 2nd B.D.S ကျောင်းသားတစ်ယောက်
က 'နွယ်'ဟု ရင်းရင်းနှီးနှီး ခေါ်လိုက်သည်ကို
နွယ် အံ့သြနေပုံပါပဲ။

'ကျွန်တော့်ကို မမှတ်မိတော့ဘူးလား
နွယ်'

နွယ်က ခုထက်ထိတိုင် မှတ်မိဟန် မတွေ
သေး။ မျက်မှောက်လေးကျွဲကာစဉ်းစားနေဆဲ။

'စိတ်မရှိနဲ့နော်။ တိုမင်းကို မသိခဲ့ဖူး ထင်
ပါရဲ့။ မင်းလူမှားနေတာများလား'

ဂျူနီယာမောင်လေးက စိနီယာမမကိုလာပြီး
ဇာတ်လမ်းပမာ ချဲ့လေသည်များ နွယ် ထင်လေ
မည်မလား မပြောတတ်ပါ။ နွယ်အသံက ခပ်
မာမာရှိဆဲတည်း။

'အင်းပေါ့လေ မတွေ့တာဘဲ နှစ်အတော်
ကြာခဲ့ပြီကော'

ပြောရင်းနဲ့ ကျွန်တော် ပြုံးလိုက်မိ၏။
ဒီတော့မှ မျက်လုံးလေးများဝိုင်းကာ . . .

'အို မောင်မောင် မောင်မောင်
မဟုတ်လား'

'ဝမ်းသာလိုက်တာ နွယ်ရယ်။ နွယ် ကျွန်တော့်ကို မှတ်မိသွားပြီပေါ့
....'

'ကြည့်စမ်းပါဦး မောင်မောင်ရယ်။ အရပ်ကြီး ရှည်ပြီး၊ ချောလာ
လိုက်တာ။ ငယ်ရုပ်တောင် ပျောက်နေပြီကော။ မင်းပြုံးလိုက်တော့မှပဲ
ငယ်ရုပ်ပြန်ဖမ်းမိတော့တယ်'

မျက်ရည်ဝဲစွာနှင့် ဝမ်းသာအယ်လဲစကားဆိုနေသော နွယ်ကိုကြည့်ရင်း
ကျွန်တော် ရင်မှာ ကြည်နူးရပါ၏။

'ကျွန်တော်ကတော့ စတွေ့ကတည်းက မှတ်မိတာပါ နွယ်။ နွယ်ရဲ့
စံပယ်တင်မဲ့လေးကို နှစ်တွေ ဘယ်လောက်ကြာကြာ ကျွန်တော် မေ့မသွား
ပါဘူး။'

နွယ်က မဲ့လေးကို အသာထိတွေ့ ပွတ်သပ်ကာ ရယ်ရင်း 'အလဲ့
တယ်စာတဲ့ဆိုပါလား ငါ့မောင်'ဟု နောက်သည်။

ကျွန်တော်နှင့်နွယ် ကန်တင်းတွင်ထိုင်ကာ စကားပြောဖြစ်ကြ၏။ နွယ်
အတန်းမရှိဘူးလားဟု ကျွန်တော်မေးတော့ နွယ်က ရယ်ကာ ငါ့မောင်နဲ့
ပြန်တွေ့တဲ့ အထိမ်းအမှတ်အနေနဲ့ ကိုယ့်သဘောနဲ့ကိုယ် break time ပေးလိုက်
တယ်လေဟုဆိုပြီး ဒါနဲ့မင်းရောဟု တုံ့ပြန်မေးတော့ ထူးမခြားနားပါဘဲ
နွယ်ရယ်ဟုဆိုရင်း နှစ်ဦးသားရယ်ဖြစ်ကြ၏။

'ကဲ ဆိုစမ်းပါဦး'ဟုအစချီကာ ကျွန်တော် ရန်ကုန်သွား/ဆေး
ရောက်လာရသည့်အကြောင်း နွယ်က မေးသည်။ ကျွန်တော် သင်တန်း

တက်သည့်နှစ်မှာ ဖေဖေတို့ သထုံပြောင်းသွားခဲ့သည့်အတွက် ကျွန်တော် တပ်ကုန်းမှာပင် နေခဲ့ပြီး။ ဆယ်တန်း ဖြေခဲ့ကြောင်း Dental လျှောက်တော့ စာစစ်ဌာနအရ မန္တလေးမှာ ပထမနှစ်တက်ခဲ့ရပြီး အခု ဒုတိယနှစ်ရောက်မှ ဖေဖေ transfer အရ ရန်ကုန် ပြောင်းခွင့်ရခဲ့ကြောင်း ကျွန်တော် ပြောပြ ဖြစ်ခဲ့သည်။

‘ဒါနဲ့ ခုနက မင်းပြောတော့ All D ရတယ်ဆို MC မလျှောက်ဖူးလား။ ဆေးမိရဲ့သားနဲ့’

‘ဟင်းအင့် ကျွန်တော်က ဖေဖေလို Dental Surgeon ဖြစ်ချင်တာ လေ။ ကံသိလို့ပေါ့ နွယ်ရယ်။ MC လျှောက်ရင် ကျွန်တော် နွယ်နဲ့ ပြန်တွေ့မှာ မဟုတ်ဘူး.....’

နွယ်က ‘ဒါပေါ့’ဟုထောက်ခံသည်။

ကျွန်တော်သောက်နေသည့် ကော်ဖီခွက်ကို ကြည့်ကာ ‘မောင်မောင် တောင် ကော်ဖီတွေ ဘာတွေ သောက်တတ်လို့နေပါလား’ဟု စကားဆက်၏။ ငယ်ငယ်တုန်းက ကော်ဖီကို ခါးလှသည်ဟု အကြောင်းပြ ငြင်းဆန်တတ် သည့် ကျွန်တော့်အကျင့်ကို နွယ် မှတ်မိနေသားပဲ။ ကျွန်တော့်ရင်ထဲ နွေးလို့ သွားခဲ့၏။

ကျောင်းဆင်းတော့ နွယ်နှင့်အတူ (၃၉)စီးကာ ပြန်ဖြစ်သည်။

‘နွယ်က ရန်ကင်း(၁၂)လုံးတန်းမှာနေတာ မောင်မောင်ရဲ့။ တာမွေ ဈေးမှာ ဆင်းပြီး တစ်ဆင့်ပြန်စီးရမယ်။ ဒါနဲ့ မင်းကရော မြို့ထဲမှာပဲလား’

‘မဟုတ်ဘူးနွယ် ကျွန်တော် ကန်တော်လေး (၁၂၃) လမ်း မှာနေတာ အဘွားနဲ့နေတာလေ’

‘နောက်မှ မင်းကို အိမ်လည်ခေါ်ရမယ် မောင်မောင်။ မေမေလည်း မင်းကိုတွေ့ရင် သိပ်ဝမ်းသာမှာ’

‘ဒါနဲ့ ဦးရော နေကောင်းရဲ့လား နွယ်’

‘နွယ် မျက်ဝန်းတို့ မှန်ရီဆွေးငွေ့သမ်းသွား၏။ ဖေဖေဆုံးတာ တစ်နှစ် ကျော်သွားပြီး မောင်မောင်’ဟု ခပ်တိုးတိုးဖြေရှာသည်။

‘အို စိတ်မကောင်းစရာဘဲ၊ တောင်းပန်ပါတယ် နွယ်ရယ်’

နွယ်က ရပါတယ်ဟုဆိုကာ အသာပြုံးပြသည်။ နောက်တော့ တစ် ယောက်နှင့်တစ်ယောက် မိသားစုအခြေအနေတွေ အပြန်အလှန် မေးမြစ်ကြ ၏။ တာမွေဈေးမှတ်တိုင်ရောက်တော့ ကျွန်တော့်ကို နှုတ်ဆက်ကာ နွယ် ကားပေါ်မှ ဆင်းသွားတော့သည်။

(၂)

နွယ်တို့မိသားစုသည် တပ်ကုန်းမှနေတုန်းက ကျွန်တော်တို့နှင့် ခြံချင်း ကပ်လျက်ဖြစ်သည်။ လူကြီးမိဘချင်းက သာမန်ခင်မင် ဆက်ဆံရုံသာ ဖြစ် သော်လည်း မွေးချင်းမရှိကြသော တစ်ဦးတည်းသော သားသမီး ဖြစ်ကြ သည့် ကျွန်တော်နှင့် နွယ်က အတူဆော့ကစားကာ မောင်နှမသဖွယ် ခင်မင်တွယ်တာခဲ့ကြသည်။ နွယ်သည် ကျွန်တော်ထက် အသက်တစ်နှစ်ခွဲ ခန့်ကြီးပြီး အတန်းတစ်တန်းကြီးသော်လည်း ကျွန်တော်က လူကြီးတွေ ခေါ်သည့်အတိုင်း နွယ်ဟုပဲ ခေါ်ပါသည်။ မေမေက သားရယ် မမနွယ်လို့ ခေါ်ပါဆိုသော်လည်း ကျွန်တော်က နှုတ်ကျိုးနေခဲ့မြဲပင်။

နွယ်၏ဖခင်က အရင်ကတည်းက ကျန်းမာရေး မကောင်းရှာ။ အသည်း ရောဂါလား၊ အဆုတ်ရောဂါလားတော့ ကျွန်တော် သေချာမမှတ်မိပေ။

အရက်သောက်တတ်တာကြောင့်လည်း ပါမည် ထင်သည်။ အိမ်ထောင်ဦးစီး၏ အခြေအနေ ကိုယ်တိုင် ယိမ်းယိုင်ခဲ့သဖြင့် နွယ်တို့ မိသားစု စီးပွားရေးကလည်း မကောင်းလှပါ။

နွယ် ခုနှစ်တန်းတက်သည့်နှစ်တွင်တော့ ရန်ကုန်မှာ ပိုက်ဆံ အတော်အသင့်ရှိသည်ဆိုသော နွယ်အဒေါ်ရောက်လာကာ နွယ်တို့ မိသားစုကို ရန်ကုန်ပြောင်းလာခဲ့ဖို့ တိုက်တွန်းသည်။ နာတာ ရှည်ဝေဒနာသည် နွယ်ဖခင်ကိုလည်း ဆေးကုသ ပေးမည်ဟုဆို၏။ နွယ်တို့ ရန်ကုန်ပြောင်းမည်ဟု အတိအကျသိရသောနေ့က ကျွန်တော် နွယ်ကို ဖက်ပြီး မျက်ရည်ကျသည်။

အမှတ်တရအနေနှင့် ဘာလက်ဆောင် လို ချင်သလဲဟု နွယ်ကမေး၏ ‘နွယ်ရဲ့ မဲ့ကလေး လိုချင်တယ်’ ဟုဆိုတော့ မျက်ရည်များကြားမှ နွယ်က ရယ်သည်။ နောက် ဆုံးတော့ နှစ်ဦးသား ညှိနှိုင်းဈေးဖြင့် ဓါတ်ပုံကိုယ်စီလဲလှယ် ဖြစ်ကြ သည်။

နွယ်တို့ ပြောင်းသွားသောနေ့က ခြံဝတွင် ရပ်ကာ နှုတ်ဆက်ရင်း မျက်ရည်မကျအောင် ကျွန်တော် အနိုင်နိုင် ထိန်းထားခဲ့ရသည်။ တိတ် ဆိတ်ခြောက်သွေ့သွားသော နွယ်တို့ အိမ်ဆီ ငေး ကြည့်ရင်း လွမ်းမောတသစွာဖြင့် နာကျင်ရသည် က အကြိမ်ကြိမ်။ သို့သော် ငယ်ရွယ်သူတို့၏ ထုံးစံအတိုင်း အလွမ်းသည် ရင်မှာတခဏသာ ခံလေသည်။ နွယ် ရန်ကုန်လိပ်စာ မတောင်း လိုက်မိသလို နွယ်ထံမှ အဆက်အသွယ်လည်း မရခဲ့သောအခါ နွယ်နှင့် ကျွန်တော် အဆက် အသွယ် ပြတ်ခဲ့ရလေ၏။

‘ဟုတ်တယ် မောင်မောင်ရဲ့ အဲဒီတုန်းက နွယ်လည်း ရန်ကုန်ရောက်ခါစဆိုတော့ မသွား တတ်၊ မလာတတ်တာရယ်။ ဖေဖေ ကျန်းမာရေး ကြောင့် စိတ်ညစ်ရတာရယ်။ ပေါင်းတော့ မင်းဆီ စာအဆက်အသွယ်လုပ်ဖို့ စိတ်က မအားခဲ့တာ။ မင်းကိုတော့ သတိရပါတယ်လေ။ မင်းရဲ့ ဓါတ်ပုံ လည်း နွယ်ဆီမှာ ရှိနေသားပဲ။’

သတိရလို့သာ တော်တော့တယ် နွယ် li-brary မှာ နွယ်ကို နှုတ်ဆက်တော့ နွယ် ကျွန်တော်ကိုကြည့်တာ မသင်္ကာအကြည့်နဲ့လေ . . .

‘အို ဒါကတော့ ရုတ်တရတ်ကြီးကို ပြီးတော့ မင်းက ရုပ်တအား ပြောင်းသွား တာ ဆိုတော့’

နွယ်တို့ သားအမိသည် နွယ်အဒေါ်နှင့်ပင် အတူတူနေကြကြောင်း နွယ်အပြောအရ သိရသည်။ သားထောက်သမီးခံ မရှိသော အဒေါ် ဖြစ်သူက နွယ်ကို အမွေစားအမွေခံဖြင့် မွေးစားထားကြောင်းလည်း ပြောပြသေး၏။ နွယ် ကံကောင်းတာပေါ့ဟု ကျွန်တော်ပြောလျှင် နွယ်က လေးတွဲစွာဖြင့် မှန်သင့်သလောက်တော့ မှန်တာပဲ မောင်မောင်ရယ်။ အခုအချိန်ကျမှတော့ ဖြစ်သမျှ အကြောင်းအကောင်းချည်းလို့ပဲ မှတ်ယူရတော့မှာပေါ့။ နွယ်အတွက်ကတော့ ဖေဖေဆုံးသွားက တည်းက ကံကောင်းတယ်ဆိုတာတွေကို လက်ခံလို့ မရတော့ပါဘူးဟု ဆိုရှာသည်။ နွယ် တော်တော် ပြောင်းလဲသွားခဲ့ပြီ။ ဟိုအရင်တပ်ကုန်းက လို အပူအပင်ကင်း၍ လွတ်လပ်ပေါ့ပါးသော ကလေးတစ်ယောက်၏ ပုံရိပ်သွင်ကို နွယ်ထံမှာ မတွေ့ရတော့။ နွယ်သည် ရင့်ကျက်ခဲ့ပြီတည်း။

‘ဒါနဲ့ စီးပွားရေးရော ပြေလည်ရဲ့လား နွယ်’

နွယ်အဒေါ်က ပိုပိုလျှံလျှံရှိတတ်သည်ကို သိရက်နှင့် လောကဝတ်အရ မေးဖြစ်သည်။

‘ပြေလည်ပါတယ် မောင်မောင်ရယ် မင်းတို့ လိုတော့ ဘော့စ်မဟုတ်ဘူးပေါ့ နော့’

တပ်ကုန်းမှာကတည်းက ဝင်ငွေကောင်းသော ဖေဖေဆေးခန်းအခြေအနေကို မမေ့မလျော့ နွယ်က ထုတ်ဖော်သည်။

‘မဟုတ်တာဗျာ’

တစ်ခါတရံတွင်တော့ နွယ်က လူကြီးဆန်စွာ ဆုံးမတတ်သည်။

ကိုယ့်မိဘက ချမ်းသာတယ်၊ တတ်နိုင်တယ်ဆိုပြီး ပေါ့ပေါ့နေ၊ ပေါ့ပေါ့စား မာနထောင်လွှားနေကြတဲ့သူတွေဟာ တကယ်တော့ အတွေးမှားနဲ့ လမ်းလွဲလိုက်နေကြတဲ့ သူတွေပဲ မောင်မောင်။ အဲလိုလူမျိုးတွေကို နွယ် သိပ်မုန်းတယ်။ မိဘက သားသမီးမျက်နှာမငယ်ရအောင် ကြိုးစားထောက်ပံ့မှတော့ တို့တွေကလည်း တို့ တတ်နိုင်သလောက် ကြိုးစားရမှာပေါ့။ ကျောင်းသားတာဝန်၊ သားသမီးတာဝန်တွေ ကျေရမှာပေါ့။ မောင်မောင်လည်း လိမ္မာအောင်နေနော်’

ကျွန်တော်က လက်ပိုက်ပြီး ဟုတ်ကဲ့ဟု ပြောင်စပ်စပ်နှင့်ဆိုကာ ခေါင်းညိတ်တော့ လှပသော နွယ်မျက်စောင်းက စူးကနဲရောက်လာ၏။ မောင်မောင်နော် နွယ်က အကောင်း ပြောနေတာဟု ခပ်မာမာပြောတတ်သည်။

‘တကယ်၊ ဟုတ်ကဲ့ပါ နွယ်ရယ်’

မျှော်လင့်ရည်စူး မြတ်နိုးဖူးသည်

ပွင့်ဦးသစ်နှယ် မောင့်သက်လှယ်ကို

နှောင်ကွယ်တိတ်တိတ် ကြိတ်မြိုသိပ်၍

စိုးစိတ်ကွန်ချာ၊ ဝေဒနာဖွဲ့... ရပါရဲ့

ကျွန်တော် လိမ္မာတာ နွယ်လည်း အသိပဲ’

‘လိမ္မာတယ်ဆို 1st year တုန်းက Distinction ဘယ်နှခုပါလဲ ပြော...’

မန္တလေး သွား/ဆေးမှာတုန်းက Physics ကို supplé လွတ်အောင် မနည်းဖြေခဲ့ရသော သူ ဇက်ပုဝင်သွားတော့၏။

‘လိမ္မာတာနဲ့ D ထွက်တာဆိုင်မှ မဆိုဘဲ နွယ်ရဲ့’

‘အို ဆိုင်တာပေါ့။ ကျောင်းသားဆိုတာ ထူးချွန်အောင် ကြိုးစားရမှာပဲ။ နောက် မောင်မောင်က ဆရာဝန် လုပ်မှာလေ။ သာမန်ထက် ပိုကြိုးစားရမှာပေါ့’

နွယ်က ကျွန်တော့်ကို ဆုံးမသလို နွယ်ကိုယ်တိုင်ကလည်း ကြိုးစားပြီး စာတော်သော ကျောင်းသူတစ်ဦး ဖြစ်လေသည်။ အတန်းစဉ် ဂုဏ်ထူးတွေ ထွက်ခဲ့သလို ချောမောပြီး ချစ်စရာကောင်းကာ လိမ္မာရေးခြားရှိသော နွယ်ကို ဆရာ၊ ဆရာမများက ချစ်ကြပြီး အတန်းသားချင်းတွေကလည်း ကျွန်တော် နီးကပ်စွာရောက်လာသောအခါ ကျွန်တော်နှင့် နွယ်သည် ကျောင်းရဲ့ စိတ်ဝင်စားစရာကိစ္စတစ်ခုလို ဖြစ်သွားခဲ့သည်။

‘လာပါပြီ၊ လာပါပြီယူရဲ့ ငယ်ကျွမ်းဆွေလေ’

ကျွန်တော် အတန်းပြီးလို့ နွယ် အတန်းရှေ့သွား စောင့်လျှင် နွယ်သူငယ်ချင်းများက မကြားတကြား နောက်တတ်လေ၏။ ထိုအခါကျလျှင်တော့ နွယ်မျက်နှာက ရှက်သွေးဖြင့် နီရဲလို့နေတတ်သည်။ တို့ရဲ့ မောင်ပါကွာဟု တုန်ရိစ္ဆာ တုံ့ပြန်လျှက် ကဲ ကြည့်စမ်း ဝန်ခံပြီတွေ့လား မောင်ပါတဲ့ဆိုဟု မလွတ်တမ်းနောက်တတ်ကြပြန်သည်။ ကျွန်တော်က မနေနိုင်စွာ ‘ကဲပါဗျာ မစကြပါနဲ့တော့ နွယ် သိပ်ရှက်နေပြီဟု ဝင်ပြောလျှင် နွယ်ရဲ့သူငယ်ချင်း မမတွေက ခါးထောက် ရန်တွေ့ဟန်ပြုကြသည်။ အမယ်လေး ကျုပ်တို့ နောက်ရုံနဲ့တော့ နွယ်က သေမသွားပါဘူးတော်’တဲ့။

ထိုသူငယ်ချင်းအုပ်စုရှေ့မှ နှစ်ဦးသား ထွက်လာကြရင်တော့ နွယ်က တိုးတိတ်စွာ တောင်းပန်လေ၏။

‘သူတို့က ဒီလိုပဲ သိပ်နောက်တတ်ကြတာ မောင်မောင်ရဲ့၊ စိတ်မဆိုးနဲ့နော်’

‘ရပါတယ် နွယ်ရယ်’

ဘယ်စိတ်ဆိုးရက်ပါ့မလဲ နွယ်၊ သူတို့တတွေ စနောက်တဲ့ စကားတွေ အပေါ် ဗွေမယူတဲ့အပြင် ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် သာယာမိလျှက်သား ဖြစ်နေခဲ့တယ်ဆိုတာ နွယ်သိရင်သာ နွယ် ကျွန်တော့်ကို စိတ်ငြိုငြင်သွားမှာပါ ဆိုသောစကားကိုတော့ ပြောမထွက်စွာ မြိုသိပ်သိမ်းဆည်းထားဖြစ်သည်။

တကယ်ပဲ စိတ်ငြိုငြင်သွားခဲ့လေမလား နွယ်။

နွယ်အပေါ်ထားရှိတဲ့ ကျွန်တော့်ရဲ့ သံယောဇဉ်တွေဟာ ဖြူစင်ခြင်းကနေ

ပြီးတော့ အရောင်ပြောင်းလဲစ ပြုနေမှန်း နွယ်သိရင် စိတ်များ ဆိုးသွား
မလား။ ရွှံ့ရာမှန်းတီးသွားလေမလား၊ စိုးထိတ်ရင်မောရပါရဲ့ နွယ်။

မျှော်လင့်ရည်စူး မြတ်နိုးဖူးသည်

ပွင့်ဦးသစ်နွယ် မောင့်သက်လှယ်ကို

နှောင်ကွယ်တိတ်တိတ် ကြိတ်မြိုသိပ်၍

စိုးစိတ်ကွန်ချာ၊ ဝေဒနာဖွဲ့.....ရပါရဲ့နွယ်ရယ်..... ဝေဒနာဖွဲ့ရပါရဲ့။

(၃)

နွယ်တို့အိမ်ကို ပထမတော့ ခပ်ကျဲကျဲသာ ရောက်ဖြစ်ခဲ့သည်။

ရန်ကင်းရှိ နွယ်တို့တိုက်ခန်းသည် မြေညီထပ်တွင် ရှိသဖြင့် စတိုးဆိုင်
ငယ်လေးတစ်ခုကို အဆင်ပြေစွာ ဖွင့်ထားနိုင်ခဲ့၏။ ထိုစတိုးဆိုင်တွင်တော့
နွယ်မေမေ အန်တီချို အမြဲထိုင်လေသည်။ နွယ်အဒေါ်ကတော့ ရန်ကင်းစင်တာ
တွင် အလှကုန်ပစ္စည်းဆိုင် ဖွင့်ထားသည်ဟု သိရ၏။ သပ်ရပ်သန့်ရှင်းပြီး
ပရိဘောဂ အတော်အတန် ပြည့်စုံသော နွယ်တို့ဧည့်ခန်း၏ အဆင်အပြင်
ကြောင့် စီးပွားရေး ပြေလည်ပုံရမှန်း သိသာသည်။

‘တပ်ကုန်းတုန်းကဆိုရင်တော့ နွယ် ကျောင်းစာကို ဘယ်အေးအေး
သင်နိုင်လိမ့်မလဲ’

‘နွယ်ကံပဲပေါ့ နွယ်ရယ်’

နွယ်ကို ဘယ်လိုပဲ ပြေလည်သည် ဆိုစေ၊ အန်တီ ချိုရော နွယ်ရော
နှစ်ဦးစလုံးတွင် ဝင့်ဝါသော ဟန်ပန်တို့ကို မတွေ့ရနိုင်။ အိမ်ထောင်ဦးစီး
မျက်ကွယ်ပြုလေသဖြင့် အားငယ်လေကြဟန်ပါပဲ။ နွယ်အဒေါ် ဘယ်လောက်
ပဲ စိတ်သဘောကောင်းကာ စေတနာပြည့်ဝသည် ဆိုဦးတော့ တစ်ပါးသူ
လုပ်စာ ထိုင်စားနေရသည်ကို နွယ်တို့ အားနာတွန့်ဆုတ်ပေမည်။ ဒါကြောင့်
အန်တီချိုကလည်း နွယ်အဒေါ်၏ မတည်မှုဖြင့် အိမ်ဆိုင်ကလေး ဦးစီးသလို
နွယ်ကိုယ်တိုင်လည်း တတ်နိုင်သမျှပညာဖြင့် ဆယ်တန်းကျောင်းသား
ကျောင်းသူတွေ Dental မှ ဂျူနီယာလေးတွေကို Guide လုပ်ပေးနေကြောင်း
နွယ် ကျွန်တော်ပြောပြသည်။

‘နွယ် Guide လုပ်ရတော့ စာကျက်ချိန်တွေ လျော့ကုန်မှာပေါ့’

‘ဒီလိုပေါ့ မောင်မောင်။ အချိန်ဆိုတာကို အကျိုးရှိရှိ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ
သုံးရတာပေါ့။ လူတော့ နည်းနည်းပင်ပန်းတာပေါ့ကွယ်။ ဒါပေမယ့် နွယ်က
နေသားကျနေပါပြီ။ အခုဆို နွယ်အပြင်စာ သိပ်မဖတ်ဖြစ်တော့ဘူးလေ။
ရုပ်ရှင်ဆို ဝေးရော၊ တစ်ခါတလေမှသာ သီချင်းလေးဘာလေး နားထောင်
တော့တယ်။’

‘ရုပ်ရှင်ဆို သမ္မတမှာတင်နေတယ်နွယ်ရဲ့။ ကျောင်းပိတ်ရက်မှာ
သွားကြည့်ကြရအောင်လား’

‘အို မကြည့်ချင်ပါဘူးကွယ်’

ကျွန်တော် စိတ်လွတ်ကိုယ်လွတ် ပြောလိုက်မိပြီးမှ နီမြန်းသွားသော
နွယ်မျက်နှာကို သတိထားလိုက်မိပြီး ကျွန်တော့်စကား မှားသွားကြောင်း
သိလိုက်ရသည်။ ငါ့နွယ်နော် မဆင်မခြင်။ ကျွန်တော်တို့ အရွယ်တွေက
ဟိုး ငယ်ငယ်တုန်းကလို အိမ်နှင့် မဝေးလှသော ရုပ်ရှင်ရုံဆီ ကားသစ်လဲ
တိုင်း နှစ်ဦးသား အပြေးသွားကြည့်သင့်ကြသည့် အရွယ်တွေမှ မဟုတ်တော့
လေပြီပဲ။ ကျွန်တော် စကားမှားသွားသည့်အတွက် နွယ်ကို ပြန်တောင်းပန်မည်
ပြင်ပြီးတော့မှ မသင့်ပါဘူးလေ နွယ်ပိုရှက်သွားပါ့မယ်ဟု တွေးမိကာ

မတောင်းပန်ဖြစ်တော့ဘဲ စကားလွဲမိသည်။

‘နွယ် နားထောင်လိုက်ရင် အလွမ်းသီချင်း
တွေပဲနော်’

နွယ်က ခပ်သဲ့သဲ့ ရယ်လိုက်ပြီးတော့
‘မဟုတ်က ဟုတ်ကနွယ်ပင်ကိုကကို သီချင်း
မြူးမြူးတွေ နားမထောင်တတ်တာပါ’

ဟု ပြောသည်။ နွယ်နားထောင်လေ့ရှိ
သည်က ‘Casablanca’ လို့၊ ‘Always on my
mind’ လို့ ခပ်ဆွေးဆွေး သီချင်းလေးတွေ၊ ဒါမှ
မဟုတ် Celine Dion တို့၊ Mariah Carey တို့
ရဲ့ ခံစားချက်အပြည့်ပါသော သီချင်းလေးတွေ
ပေါ့။ Enrique Iglesias ကိုတော့ နွယ်နှင့် ကျွန်
တော် အကြိုက်ချင်း တူကြလေသည်။ ဒါပေမယ့်
ကျွန်တော်ကြိုက်သော Christina Aguilera ကို
တော့ နွယ်က လုံးဝမနှစ်သက်ပေ။ ကျွန်တော့်ကို
တောင် ‘မင်းက သူရဲသီချင်းကို ကြိုက်တာလား၊
ဒါမှမဟုတ်’ဟု အကြပ်ကိုင် မေးသေး၏။
‘Both’ဟု ကျွန်တော်ပြောတော့ နွယ်က ကျောကို
မနာအောင် ထုသည်။

2nd Year တက်ခါစမှာ နွယ်နှင့်ပြန်ဆုံတွေ့ရ
သဖြင့် စိတ်လှုပ်ရှားပျော်ရွှင်ခဲ့ရသော ကျွန်တော်
သည် 1st test ရမှတ်များ ထွက်လာသောအခါ
ကောင်းကောင်းကြီး စိတ်ညစ်ရတော့၏။

‘ဘုရားရေ Anatomy ရော Physio ရော
နှစ်ခုတောင် ကျတယ်။ ဟုတ်လား’

‘၃၈ မှတ်နဲ့ ကျတာပါနွယ်ရ’

ကျွန်တော် ဆင်ခြေပေးတော့ နွယ်က ကျွန်
တော့်နားရွက်ကို ဆွဲလိမ့်၏။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကျတာက ကျတာပဲဟဲ့။ မင်း
စာမကျက်ဘူးလား မောင်မောင်’

ကျွန်တော်က မနာပါဘဲနှင့် ‘အား နာ
တယ် နွယ်ရ လွှတ်ပါ လွှတ်ပါ’ဟု
နာချင်ယောင်ဆောင်ကာ အော်လေမှ နားရွက်ကို
လွှတ်ပေးသည်။ ‘ပြော နောက်ကို စာကျက်
မှာလား မကျက်ဘူးလား’ဟု ခါးထောက်၍
မေး၏။

‘ကျက်ပါ့မယ်၊ ကျက်ပါ့မယ် မမနွယ်ရဲ့’

ကျွန်တော်က လက်ပိုက် ခေါင်းညိတ်ဖြေ
တော့ နွယ်ရဲ့ ဟန်ဆောင်တင်းမာထားသော မျက်
နှာထားက ပြုံးစိစိ ဖြစ်လာခဲ့ကာ ‘တတ်လည်း
တတ်နိုင်တဲ့ ကောင်လေး’ ဟု ရေရွတ်သည်။
ပြီးမှ ‘ကဲ.... ဘာလို့ စာမကျက်တာလဲ ဆို

....ဟု မေး၏။

ကျွန်တော်ဘယ်လို ဖြေရပါ့မလဲ နွယ်။
စာကျက်မယ်ပြင်တိုင်း အတွေးထဲကို စိုးမိုးဝင်
လာတတ်တဲ့ နွယ်ရဲ့ မျက်နှာလေးအကြောင်း၊
နွယ်ရဲ့အပြုံးလေးအကြောင်း၊ နွယ်ရဲ့ ကရုဏာ
စကားလေးတွေအကြောင်း၊ ကျွန်တော် ဘယ်
လို သတ္တိမျိုးတွေနဲ့ ဖွင့်ဟပြောပြရပါမလဲ။
ကျွန်တော့်ရင်ထဲမှာ တိတ်တဆိတ် ပေါက်ဖွား
နေတဲ့ အချစ်သစ်ပင်လေးအကြောင်း နွယ်ကို
ဘယ်လိုအသိပေးရမှာလဲ....နွယ်ရယ်။ နွယ်က
အချစ်ကို သိနားလည်သူမှ မဟုတ်တာ။ တစ်ခါ
က ကျွန်တော်ရေးဖွဲ့ထားသော အချစ်ကဗျာလေး
တစ်ပုဒ်ကို နွယ် ဖတ်ကြည့်ပြီးတော့.... 'အရေး
အဖွဲ့ကတော့ ကောင်းပါတယ်။ ဒါပေမယ့် နွယ်
ကတော့ မင်းကို အချစ်အကြောင်း မစဉ်းစား
စေချင်သေးဘူး မောင်မောင်။ မောင်မောင်လို
လူငယ်လေးအနေနဲ့ ပူပြင်းလောင်မြိုက်တဲ့ အချစ်
ကို ထိတွေ့ဖို့ စောလွန်းနေသေးတယ်' လို့
ဝေဖန်သတိပေးခဲ့သည်ပဲ မဟုတ်လား။

'မဖြစ်ပါဘူးကွယ်.... မင်းကိုတော့ နွယ်
စာကျက်ပေးဦးမှပါ'

နောက်ဆုံးတော့ စာမေးပွဲ ကျခဲ့သည်ကိုပဲ
ကံကောင်းသည် ဆိုရမလား မသိပါ။ နွယ်နှင့်
အတူ နွယ်အိမ်သို့ သွားကာ စာကျက်ခွင့် ရခဲ့တာ
ကိုတော့ ကျွန်တော် ဝမ်းသာမဆုံး ဖြစ်ရသည်။
တစ်ခြားကျောင်းသားတွေအပြင် ကျွန်တော့်ကိုပါ
အချိန်ပေးရသော နွယ်ကို အားနာမိသည်။ Fees
ကလည်း Free မဟုတ်လား။ ဒါပေမယ့် အခုလို
နီးကပ်ခွင့် ပိုမိုရရှိလာတာဆိုတော့ ကျွန်တော်
ကျေနပ်တာ အမှန်ပင်။

Guide လုပ်ပေးသည့် နွယ်က လခ မယူ
သည့်အခါ လကုန်ရက်တွင် ကျွန်တော် နွယ်ကို
L'oreal တံဆိပ် အလှကုန်တစ်ချို့ လက်ဆောင်ပေး
ဖြစ်ခဲ့သည်။

'ဟောတော့....ဒါတွေ မင်းဘယ်လို သွား
ဝယ်တုန်း'

Minor ပါ နွယ်ရယ်....အခန်းထဲက ကောင်
မလေးတစ်ယောက်ကို မေးတာပေါ့။ မင်း မိတ်
ကပ်လိမ်းခြယ်တာ သိပ်ကြည့်လို့ ကောင်းတာပဲ။
ဘာညာနဲ့ ရွှေရတာပေါ့။ အဲမယ်....သူက အား
တက်သရောနဲ့ကို ယုဇနပလာဇာ အထိလိုက်
လာပြီး သူကိုယ်တိုင် ဝယ်ပေးတာ။ ကျွန်တော့်
ကိုတောင် J'donuts မှာ ကော်ဖီတိုက် လိုက်သေး

ခင်ဗျားနဲ့ ကျွန်တော်ဟာ တစ်ဘဝစီပါ

ကိုယ့်လမ်း ကိုယ်လျှောက်ပါ

ခင်ဗျား ရွေးချယ်ထားတဲ့လမ်း

ခင်ဗျား ပျော်ပျော်ကြီး လျှောက်လှမ်းသွားစမ်းပါ

တယ်.... သိလား'

'လုပ်တော့မယ်....မင်းကတော့'

'ကျွန်တော် ကျေနပ်အောင် လက်ဆောင်အဖြစ် ပေးထားသော မိတ်ကပ်
ပစ္စည်းတွေ သုံးစွဲလိမ်းခြယ်ထားသည့် နွယ်မျက်နှာလေးကို ကြည့်ပြီး အရမ်း
ပီတိဖြစ်ရသည်။ ဖြစ်နိုင်ရင် နွယ်ကို အမြဲတမ်း အလှထိုင်ငေးကြည့်ချင်နေတဲ့
ကျွန်တော်ပါ။

နွယ်အနားတွင် ထိုင်ကာ စိတ်ကူးလှလှလေးများ ယဉ်ခွင့်ရနေဆဲ။
တစ်ခုသော ညနေ၌ ကျွန်တော့်ရင်ထဲတွင် စိုးရိမ်စိတ်တို့ စတင် ဖြစ်ထွန်းခဲ့
ရလေသည်။ ထိုနေ့က ကျောင်းမှ အတူတူ ပြန်လာခဲ့ပြီး နွယ်အိမ်အရောက်
တွင် အန်တီချိုက ဆီးကြိုအသိပေး၏။ 'သမီးရေ....မောင်စိုးညီဆီက စာ
စားပွဲပေါ် တင်ထားတယ်' တဲ့။ နွယ်မျက်နှာက မဆိုစလောက်ကလေး
ပြောင်းလဲသွားတာ ကျွန်တော် သတိထားမိလိုက်သည်။

ကျွန်တော်တို့ စာကျက်ကြသော စားပွဲပေါ်တွင် တင်ထားသော စာအိတ်
ပေါ်မှ လိပ်စာကို အကဲခတ် ဖတ်ကြည့်လိုက်တော့ စင်ကာပူမှ လာသော
စာဖြစ်လို့နေ၏။

'စိုးညီဆိုတာ၊ ဘယ်သူလဲနွယ်'

'နွယ်မိတ်ဆွေပါ။ Singapore မှာ ကျောင်းတက်နေတယ်'

နွယ်က ထိုမျှပဲ ပြောပြီး တစ်ခြားအကြောင်းအရာတွေဆီ စကားလွှဲသွား
ပါသည်။ နွယ် စာရှင်းပြနေသော်လည်း ကျွန်တော် စာထဲ စိတ်ဝင်စားလို့
မရတော့ပေ။

ကျွန်တော် အိမ်ပြန်မည့်အချိန်ရောက်တော့ နွယ်က အိမ်ပေါက်ဝအထိ
လိုက်ပို့သည်။ ကျွန်တော်က မနေနိုင် မထိုင်နိုင်စွာပင် 'စိုးညီဆိုတာ နွယ်ရဲ့
မိတ်ဆွေရော ဟုတ်ရဲ့လား'ဟု ထပ်မေးမိသည်။ နွယ်က မျက်နှာလွဲလျက်

'သူတစ်ပါးကိစ္စကို အလကားစပ်စုတာမျိုး နွယ် မကြိုက်ဘူး မောင်
မောင်။ စိုးညီ ဘယ်သူဆိုတာသိရင်လဲ မင်းအတွက် ဘာမှ မထူးခြားပါဘူး။
အဲဒီတော့ ဆက်မမေးပါနဲ့လား မောင်မောင်။ နွယ် စိတ်မတူချင်ဘူး'

ကျွန်တော် နွယ်ရဲ့ မျက်ဝန်းကို စိုက်ကြည့်မိ၏။ နွယ်ကလည်း ကျွန်
တော့်ကို ပြန်ကြည့်နေပါသည်။ မှောင်ရီ ဖျိုးဖျိုးအချိန်မှာတောင် နွယ်မျက်ဝန်း
တွေ တောက်လက်ဆဲပေ။ ခဏကြာမှ 'ဆောရီး နွယ်' ဟု တိုးတိုးပြောပြီး
ကျွန်တော် လှည့်ထွက်လာခဲ့မိသည်။

'ကောင်းကောင်းပြန်နော်' ဆိုသော နွယ်အသံလေးက ကျွန်တော့်နားထဲ
သို့ ခပ်သဲ့သဲ့ တိုးဝင်လာခဲ့၏။

လေပြည်ညင်းတို့က သွဲ့သွဲ့တိုက်ခတ်သော်လည်း ထိုညသည် မအေးမြ
ပေ။

နွယ်ကျေးဇူးဖြင့် 2nd B.D.S စာမေးပွဲကို အခက်အခဲမရှိ ဖြေဆိုအောင် မြင်နိုင်ခဲ့သော်လည်း နွယ်ဆီ နောက်ပိုင်းတွင် မကြာခဏ ရောက်ရောက် လာတတ်သော စိုးညီ၏ စာများကြောင့် ကျွန်တော် တော်တော် စိတ်အနှောင့် အယှက် ဖြစ်ရသည်။ နွယ် မကြိုက်သဖြင့် ကျွန်တော်လည်း ထပ်မံမေး ဖြစ်ခဲ့ပေ။

ကျွန်တော် သထုံ ပြန်မည့်နေ့၏ မနက်ခင်းတွင်တော့ လက်ဆောင်တချို့ ဝယ်ရန်အတွက် နွယ်နှင့်အတူ မြို့ထဲသွားဖြစ်ခဲ့သည်။ 30 တွင် ဖေဖေ မှာ သော သွားပစ္စည်းတွေ ဝယ်။ အိမ်အတွက် လိုအပ်သည့် ပစ္စည်းအချို့ ဝယ်ပြီးနောက် J'donuts တွင် ကော်ဖီ ဝင်သောက်ဖြစ်ကြသည်။ နွယ်နှင့် အတူ သွားလာနေရင်းမှ 'စိုးညီ' အကြောင်း ခေါင်းထဲ ဝင်လာသောအခါ စိုးရိမ်စိတ်တို့ ဖြစ်ထွန်းရသည် နွယ်ရယ်။ နွယ်ကိုသာ ဆုံးရှုံးရမယ်ဆိုရင်တော့ ကျွန်တော် တော်တော် နာကျင်ရမယ် ထင်ပါရဲ့။

'ပြန်ကြရအောင်၊ တက္ကစိဌာန်းမယ် မဟုတ်လား'

နွယ်အမေးကို ခေါင်းညှိခြင်းဖြင့်သာ ကျွန်တော် တုံ့ပြန်ခဲ့သည်။

'ဘယ်လိုဖြစ်နေတာလဲ မျက်နှာကြီးက'

'ကျွန်တော် သထုံ မပြန်ချင်သေးဘူး နွယ်ရယ်'

'အဲမယ် မပြန်ချင်ရအောင် ဘယ်သူ့ကိုများ လွမ်းစရာရှိလို့လဲ'

'နွယ်ရယ် ကျွန်တော်လေ'

ပေါက်ကွဲလှသော ခံစားချက်တို့ကို မနည်းကြိတ်မှိတ် မြှသိပ်ထားလိုက် ရ၏။ နွယ်ကလည်း သူမ စကားမှားသွားသည်ကို ရိပ်မိသွားရုံမက အံ့အား သင့်စွာဖြင့် မျက်လုံးများ ဝိုင်းကာ ငိုငွေ့နေခဲ့၏။ ကျွန်တော်လည်း ဝဲလာ သော မျက်ရည်စတို့ကို နွယ် မမြင်စေလိုသဖြင့် မျက်တောင်တဖျတ်ဖျတ် ခတ်ကာ တစ်ဖက်သို့လှည့်ရင်း ရှေ့တူရုံမှ လာနေသော တက္ကစိတစ်စီးကို အလျင်စလို လက်ပြထားလိုက်ရသည်။

ကားပေါ်တွင်ကျွန်တော်တို့နှစ်ဦးသား တိတ်ဆိတ်နေခဲ့ကြောင်း (၁၂၃) လမ်းထိပ်တွင် ကားခဏ ရပ်စေပြီး ကျွန်တော်က 'သွားမယ် နွယ်'ဟု နှုတ်ဆက်ကာ ဆင်းလေမှ နွယ်က 'အေး အေး'ဟု မသဲမကွဲ တုံ့ပြန်ရှာသည်။

တဖြည်းဖြည်း ဝေးလိုသွားသော တက္ကစိကို ငေးကြည့်ရင်း နေရာတွင် ပင် ကျွန်တော် အတော်ကြာ ရပ်နေခဲ့မိသည်။ နွယ်ရယ် ကျွန်တော် မှားခဲ့ပြီ ထင်ပါရဲ့။ ဖွင့်မပြောသည့်တိုင် ကျွန်တော့်ရင်ထဲက တိတ်တခိုးအချစ်ကို နွယ် ရိပ်မိသိရှိသွားမှာ အသေအချာပါပဲ။ ဖြူစင်စွာ မချစ်နိုင်တော့တဲ့ ကျွန်တော့်နှလုံးသားကို အထင်များ သေးသွားမလား။

မုန်းများသွားမလား နွယ်ရယ်။

ကျောင်းတွေ ပြန်ဖွင့်ပြီ။ ကျွန်တော် 3rd B.D.S စတက်ချိန်တွင် နွယ်နှင့် ကျွန်တော် ခပ်တန်းတန်းဖြစ်နေခဲ့ကြသည်။ နွယ်နှင့် ဝေးပြီး မနေတတ်ခဲ့ဟု ထင်ထားခဲ့သော ကျွန်တော်သည် ယခုလို အေးစက်တင်းမာနေသော အချိန် တွင်တော့ လူးလိမ့်နေအောင် ခံခဲ့ရသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်၏ မသိမသာ အကဲခတ်မှုအောက်တွင်လည်း သိမ်ငယ်စွာ နာကျင်ရက်ရွံ့ရသည်။ သူငယ် ချင်းမလေးတစ်ယောက်က 'နင်နဲ့ မနွယ်နဲ့ ဘာတွေဖြစ်နေကြတာလဲ'ဟု ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း လာမေးခဲ့၏။ ကျွန်တော်လည်း ဒေါသထွက်ထွက်နှင့် 'နင် တော်တော်စပ်စပ်ပါလား'ဟု အော်လိုက်မိသဖြင့် သူမပင် စိတ် ကောက်

သွားကာ နှစ်ရက်လောက် စကားမပြောနိုင် ဖြစ်ခဲ့ သေးသည်။ နောက်တော့မှ နေကြာစေ့နှစ်ထုပ် ဝယ်ကျွေးခြင်းအားဖြင့် သူငယ်ချင်းမနှင့် ပြန်ပြေ လည်ရ၏။

နွယ်နှင့်ကျွန်တော်က လုံးဝ စကားမပြော ဖြစ်ကြတာတော့ မဟုတ်ပါ။ လမ်းမှာ တွေ့လျှင် တော့ အလာပ သလာပ ပြောဖြစ်ကြသည်။ များ သောအားဖြင့်တော့ နွယ်က 'မောင်မောင် စာတွေ လိုက်နိုင်ရဲ့လား'ဟု မေးတာ များပါသည်။ 'Pharmaco' သိပ်မရဘူးဟု ကျွန်တော် ပြော လျှင် 'မသိတာရှိ၊ နွယ်ကိုလာ မေးလေ'ဟုတော့ ပြောတတ်သေး၏။ သို့သော် ကျွန်တော် သွား မမေးဖြစ်ခဲ့ပါ။

ကျောင်းတွေဖွင့်ပြီး တစ်လလောက်အကြာ Micro အတန်းပြီးချိန်တွင် အခန်းပေါက်ဝ၌ နွယ် ကျွန်တော့်ကို လာစောင့်နေခဲ့၏။ မထင်မှတ် ထားခဲ့သဖြင့် ကျွန်တော် အံ့အားသင့်သွားကာ ရင်ကလည်း ဒိတ်ဒိတ်ခုန်လာခဲ့သည်။ တစ်ခန်း လုံးကလည်း မသိမသာ စောင်းငဲ့ အကဲခတ် နေကြသည်။ တစ်ချို့ဆိုလျှင် ကျွန်တော့်အနားသို့ လာကာ လမ်းလျှောက်သလိုလို ဘာလိုလိုနှင့် ရစ်သီရစ်သီ လုပ်နေခဲ့သည်။

'နွယ်၊ နွယ်၊ ဘာကိစ္စရှိလို့လဲ'

နွယ်မျက်နှာက သိပ်မကောင်းလှပေ။

'အတန်းအားတယ် မဟုတ်လား၊ မောင် မောင်'

'အားပါတယ် နွယ်၊ နွယ်ဘာပြောချင်လို့လဲ ဟင်'

'ကန်တင်းခဏလိုက်ခဲ့ပါလား၊ မောင် မောင်'

နွယ်နှင့်ယှဉ်လျက် လိုက်လာခဲ့ရင်း ကျွန် တော် မောနေခဲ့၏။ ဘာကိစ္စများ ရှိနေလို့ပါလိမ့်။

ကင်တင်းအတွင်းကျကျရှိ ရုပ်ရည်သန့် သန့်နှင့် လူတစ်ယောက် ထိုင်နေသောစားပွဲဆီ သွားကာ နွယ်နေရာ ယူလိုက်တော့ ကျွန်တော် ကြောင်အအနှင့်ပင် လိုက်ထိုင်ရသည်။ ထိုလူက ဖော်ရွေစွာ ပြုံးပြပေမယ့် ကျွန်တော် သေသေ ချာချာတောင်မှ ပြုံးပြလိုက်မိရဲ့လား မသိပါ။ လောလောဆယ်တော့ သူ ဘယ်သူလဲဆိုတာ ကျွန်တော် သိချင်နေမိသည်။

'မောင်မောင် ကော်ဖီပဲ သောက်မယ် မဟုတ်လား'

နွယ်အမေးကို စိတ်မပါစွာ ခေါင်းညှိတ်

တုံ့ပြန်မိသည်။

‘မိတ်ဆက်ပေးရဦးမယ်၊ ဒါ မောင်မောင်တဲ့။
နွယ် မောင်လေးအရင်းလို ခင်ရတဲ့သူလေ။
နွယ်တို့က တပ်ကုန်းမှာ ရှိတုန်းက ခြံချင်း
ကပ်လျက်ပဲ။ အခု Dental မှာ ပြန်ဆုံတာ။
သူက စာတော်တယ် ကိုစိုးညီရဲ့။ 2001 all D
လေ’

ကိုစိုးညီ။ ကျွန်တော် တုန်လှုပ်မှုကို မနည်း
ထိန်းထားလိုက်ရသည်။

ကိုစိုးညီက ညင်သာစွာ ပြုံးပြပြီး ‘တွေ့ရ
တာ ဝမ်းသာပါတယ်’ဟု ဆိုရှာသည်။ ဖော်ရွေ
တတ်သော လူကြီးလူကောင်းတစ်ဦး၏ ဟန်ပန်
ပါပဲ။ နွယ်က တရင်းတနှီး မိတ်ဆက်ပေးက
တည်းက နွယ်တို့ရဲ့ ပတ်သက်မှုကို မသိချင်
လည်း နာကျင်စွာ နားလည်သဘောပေါက်
ခဲ့ရပါပြီ နွယ်။

‘အတန်းရှိသေးလို့ ကျွန်တော့်ကို ပြန်ခွင့်
ပြပါဦး’

နွယ်က မတားပါ။ Practical တစ်နာရီမှ
စမည်ဆိုတာကိုလည်း နွယ် သိမှာပါပဲ။ ကျွန်
တော့်ကို နားလည် ခွင့်လွှတ်ပေးနိုင်လိမ့်မည်ဟု
တော့ မျှော်လင့်ပါသည် နွယ်။

(၆)

ကျွန်တော် တစ်ပတ်လုံးလုံး ကျောင်းလည်း
မတက်၊ လာသမျှဖုန်းလည်း မကိုင်လေသော
အခါ နွယ် ကျွန်တော်တို့အိမ်သို့ ရောက်လာခဲ့
ပါသည်။ နွယ်ရောက်လာခဲ့သော မနက်ခင်း
အချိန်တွင် အဘွားက ဘုရားရှိခိုးနေခဲ့ပြီး အိမ်ဖော်
ကောင်မလေးက အဘွားခိုင်းသဖြင့် မြို့ထဲသွား
နေသောကြောင့် အိမ်အောက်ထပ်တွင် ကျွန်တော်
တစ်ယောက်တည်းသာ ရှိနေခဲ့ပါသည်။

နွယ်ကို မြင်ရသောအခါ အံ့သြမှုနှင့် နာ
ကျင်မှုကို တစ်ပြိုင်တည်း ခံစားရ၏။

‘မင်းကို ဒီလောက်ထိ ပေလိမ့်မယ်လို့
မထင်ခဲ့တာ အမှန်ပဲ မောင်မောင်တဲ့’ နွယ်ရဲ့
အပြစ်တင်စကားက ကျွန်တော်ရဲ့ အကြားအာရုံ
ထဲ ခါးသီးစွာ တိုးဝင်လာခဲ့သည်။ ကိုယ်စီ ကိုယ်စီ
လမ်းခွဲလျှောက်လှမ်းပြီးမှတော့ ရုံးခိုမိသူရဲ့ ကြေ
ကွဲမှု အမှားတွေကို ကျေးဇူးပြုပြီး အပြစ်မဖို့ပါနဲ့
လား နွယ်။

‘ပြောစမ်းပါဦး။ မင်း ဘာတွေဖြစ်နေလဲ၊
ပြောစမ်းပါဦး’

‘သိပ်ကောင်းတယ် နွယ်၊ ဟန်ဆောင်တာ

ကြေကွဲခြင်းတို့ရဲ့ မြစ်ဖျားခံရာဟာ

မတွယ်တာသင့်တဲ့ အချစ်မျိုး

မချည်သင့်တဲ့ နှောင်ကြိုးမျိုးနဲ့ ချစ်မိ

နှောင်တွယ်မိခဲ့ခြင်းပါပဲ

သိပ်ကောင်းတယ်’

‘မောင်မောင်’

နွယ်အကြည့်တွင် ဒေါသခိုးတို့ လျှံဝေနေခဲ့၏။

‘ဟုတ်တယ် နွယ်၊ ဒီလို ဘာကြောင့်ဖြစ်ရတယ်ဆိုတာ နွယ်လည်း
အသိပါ။ ဘာလို့များ အနာဟောင်းကို လာဆွနေရသလဲ နွယ်။ နွယ်သိချင်ရင်
ထပ်ပြောမယ်။ အဲဒါ နွယ်ကြောင့်။ နွယ်ကြောင့် ကျွန်တော် ဘယ်လောက်
အထိ နာကျင်နေရသလဲ သိလား။ သိရဲ့လား နွယ်။ ပြောပါဦး’

‘ဟင့်အင်း၊ ဟင့်အင်း’

နွယ်သည် တုန်လှုပ်စွာဖြင့် ကုလားထိုင်နောက်မှိုကို ဆုပ်ကိုင်ထားလိုက်
သည်။ ကျွန်တော် မျက်နှာကို လက်ဖြင့် ခပ်ကြမ်းကြမ်း ပွတ်လိုက်မိ၏။

‘ပြင်မရတဲ့အဖြစ်တွေက ဖြစ်ခဲ့ပြီးပြီပဲ မောင်မောင်၊ ဒီအတိုင်းကြီးကို
ပစ်စလက်ခတ်ကြီး မင်း ရေစုန်မျှောနေတော့ နွယ် ဘယ်လိုစိတ်ချမ်းသာ
ရမှာလဲ၊ နွယ် ဘယ်လိုစိတ်ကောင်းမလဲ’

ကျွန်တော် နွယ်ပခုံးကို လက်နှစ်ဘက်ဖြင့် ခပ်ကြမ်းကြမ်း ဆုပ်ကိုင်
လိုက်၏။ နွယ်က အထိတ်တလန့်ဖြင့် ‘အို’ ဟု အာမေဇိုတ်ပြုသည်။

‘ပြောလေ။ ဒါဖြင့် ကျွန်တော် ဘယ်လိုနေပေးရမလဲ၊ နွယ်စိတ်ချမ်းသာ
အောင် ဘယ်လိုနေပေးရမလဲ နွယ်၊ အားမနာတမ်းပြောပါ’

နွယ်ပါးပြင်တွင် မျက်ရည်တို့ တလိမ့်လိမ့် စီးဆင်းလာ၏။

‘ကျောင်းတွေလည်း သိပ်ပျက်နေပြီ မောင်မောင်၊ စာတွေလည်း လွတ်’

‘ဘာလဲ နွယ်၊ အခုလိုအချိန်မှာ ကျွန်တော် အပြုံးမပျက်ဘဲ ကျောင်း
မှန်မှန် တက်ပြီး စာကြိုးစားနေနိုင်မယ် ထင်လို့လား၊ မရဘူးနွယ်ရဲ့၊ ကျွန်
တော် နွယ်လို အသဲ မမာနိုင်ဘူး နွယ်’

‘ဘာပဲပြောပြော မင်း ဆရာဝန် လုပ်မယ့်သူ၊ လူနာတွေရဲ့ အားကိုး
အားထား ခံရမယ့်သူပါ မောင်မောင်။ ဒီလို လူမျိုးကမှ တာဝန်ဝတ္တရားနဲ့
ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ခံစားမှုကို မခွဲခြားနိုင်ရင်’

ကျွန်တော် နွယ်ကို ဆောင့်တွန်းလိုက်မိ၏။ နွယ်သည် နံရံကို ကျောမှီလျက်
နှမ်းလျှော အားတင်းရပ်နေရလေ၏။ ဖြူလျော်နေသော နွယ်မျက်နှာဆီ လက်
ညှိုးငေါက်ငေါက်ထိုးကာ ကျွန်တော် ဒေါသတကြီး အော်ပစ်လိုက်မိသည်။

‘မဆိုင်တာ မပြောနဲ့၊ ခင်ဗျားအပြစ်လွှတ်အောင် ရွှေပြည်အေးတရား
လာဟောမနေနဲ့။ ဒီမှာ နွယ်၊ ကျွန်တော့်ဟာ ကျွန်တော် ဘာဖြစ်ဖြစ် ခင်ဗျား
ပစ်ထားခဲ့စမ်းပါ၊ ထားခဲ့စမ်းပါ။ ကျွန်တော့်ရဲ့အချစ်ကိုတောင် ရက်ရက်
စက်စက်နဲ့ ခင်ဗျား မျက်ကွယ်ပြုရက်သေးတာပဲ။ ခင်ဗျားနဲ့ ကျွန်တော်ဟာ
တစ်ဘဝစီပါ။ ကိုယ့်လမ်း ကိုယ်လျှောက်ပါ။ ခင်ဗျား ရွေးချယ်ထားတဲ့လမ်း
ခင်ဗျား ပျော်ပျော်ကြီး လျှောက်လှမ်းသွားစမ်းပါ’

‘မောင်မောင်’

‘ပြန်ပါတော့နွယ်၊ ခင်ဗျား ပြန်သင့်ပါပြီ’

‘မောင်မောင်၊ နွယ်’

‘ပြန်တော့’

နွယ်သည် အနိုင်နိုင်ထိန်းရင်း မတ်တတ်ရပ်၏။

‘ကောင်းပြီ မောင်မောင်၊ နွယ်ပြန်ပါမယ်၊ တစ်ခုတော့ နွယ် မှာခဲ့ပါရစေ၊ နွယ် မင်းကို မောင်အရင်းတစ်ယောက်လို ချစ်ခဲ့တယ်။ ဒီထက်လည်း မပိုခဲ့ရိုး အမှန်ပဲ။ မင်းအပေါ်မှာလည်း ရိုးသားစွာပဲ ဆက်ဆံခဲ့တယ်။ မတွယ်တာ သင့်တဲ့ အချစ်မျိုးနဲ့၊ မချစ်ချင်လို့၊ ဖြူစင်စွာ ဆက်ဆံခဲ့ပေမယ့် မင်းကစပြီး အရောင်ပြောင်းသွားခဲ့တာပါ။ မင်းကို နွယ် မမြဲဆွယ်ခဲ့ဘူး၊ မဆွဲဆောင်ခဲ့ဘူး၊ မဖြားယောင်းခဲ့ဘူး၊ ဒါကိုမှ မင်းက နွယ်ကို မိန်းမကြမ်းကြီးရယ်လို့ အပြစ်တင်ရက်ရင်လည်း နွယ် ဗွေမယူဘူး မောင်မောင်’

နွယ်အသံက တဖြည်းဖြည်း တည်ငြိမ်လာသည်။

‘ထားပါ။ အရေးကြီးတာက မောင်မောင်ကို မောင်ငယ် တစ်ယောက် လို သဘောထားဆဲ သံယောဇဉ်နဲ့ နွယ် သတိပေးပါစေ၊ မိန်းမတစ်ယောက် အတွက်နဲ့ ဘဝကို အရှုံးပေး ရေစုန်မျှောကြတဲ့ လူတွေထဲမှာ ငါ့မောင်ကို မပါစေချင်ဘူးကွယ်’

နွယ်ပြန်သွားခဲ့သည့်တိုင် ကျွန်တော် ကြက်သေသေကာ ငိုနေခဲ့မိသည်။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သတိထားမိချိန်မှာတော့ ကျွန်တော်သည် ကြမ်းပြင် တွင် ခူးထောက်ကာ ရှိုက်ကြီးတင် ငိုနေလျက်သား ဖြစ်နေပါသည်တကား။

(၇)

‘တာဝန်ဝတ္တရားနဲ့ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ မခွဲခြားနိုင်ရင်’

‘မင်းကို နွယ် မမြဲဆွယ်ခဲ့ဘူး၊ မဆွဲဆောင်ခဲ့ဘူး။ မဖြားယောင်းခဲ့ဘူး’

‘မိန်းမတစ်ယောက်အတွက်နဲ့ ဘဝကို အရှုံးပေး ရေစုန်မျှောကြတဲ့ လူတွေထဲမှာ ငါ့မောင်ကို မပါစေချင်ဘူးကွယ်’

နွယ်ရေ၊ နွယ်စကားတွေကို ကျွန်တော် ကြားယောင်နေမိပါတယ်။ နောင်တရခြင်းကြီးစွာနဲ့ ကျွန်တော် ကြားယောင်နေမိပါတယ် နွယ်။

တဖြည်းဖြည်းကြားယောင်ရင်းနဲ့ အမှားတွေကိုလည်း တရေးရေး မြင် လာခဲ့ပါပြီ။ အမှန်တော့ နွယ်က အပြစ်ကင်းစင်သူပါ။ မှန်ခဲ့တဲ့သူပါ။ မှားခဲ့ မိသူက ငမိုက်သား ကျွန်တော်ရယ်ပါ နွယ်။ ဖြူစင်ခြင်းကို အရောင်ဆိုး ပိုးဖလံမျိုး မီးကို တိုးသလို ခံစားချက် လမ်းလွဲလိုက်ခဲ့တဲ့သူပါ။

မျက်နှာလည်း မပြပုံတော့ပါဘူး၊ နွယ်။

ဒါပေမယ့် တစ်နေ့နေ့မှာ နွယ်ရှေ့မှောက် ရဲရဲဝံ့ဝံ့ ရပ်နိုင်တဲ့ တစ်နေ့နေ့ များပေါ့၊ ကျွန်တော့်ရဲ့ သမုဒယ အမှားတွေအတွက် ဝန်ချတောင်းပန်ပါ ဦးမယ် နွယ်။

တကယ်တော့ ကြေကွဲခြင်းတို့ရဲ့ မြစ်ဖျားခံရာဟာ မတွယ်တာသင့်တဲ့ အချစ်မျိုး၊ မချည်သင့်တဲ့ နှောင်ကြိုးမျိုးနဲ့ ချစ်မိ၊ နှောင်တွယ်မိခဲ့ခြင်းပါပဲ။ မချစ်သင့်တဲ့ အချစ်မျိုးနဲ့ ချစ်မိခဲ့တာကြောင့် ရင်ကွဲလှမတတ် ကြေကွဲခဲ့ရပါပြီ။

ရင်နင့်ကြမ္မာ၊ ထိုဒဏ်ရာလျှင်

နွယ်တစ်မျှင်၊ နှောင်တွယ်ငင်သည်ကြောင့်

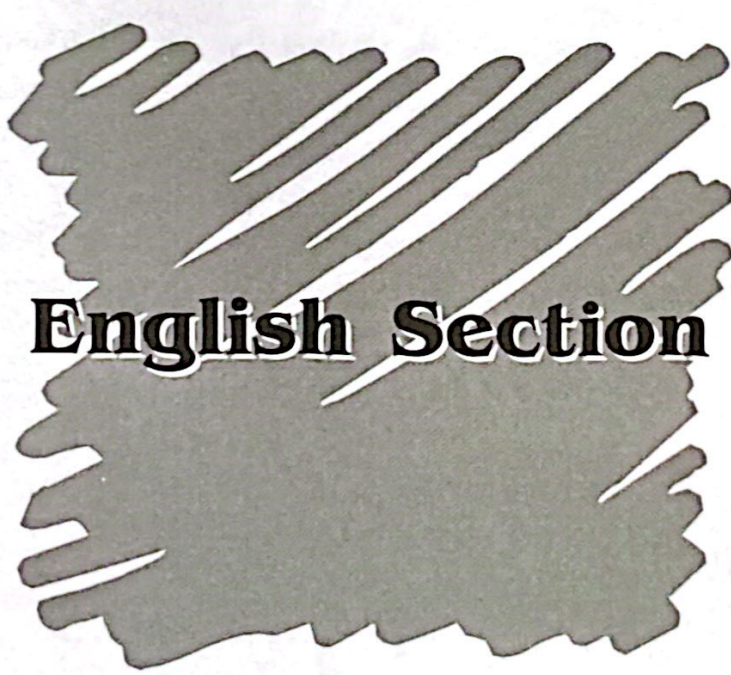
နွယ်တစ်မျှင်၊ နှောင်တွယ်...ငင်...သည်ကြောင့်

နွယ်တစ်မျှင်၊ နှောင်တွယ်...ငင်...သည်... ကြောင့်...

ကြေကွဲခဲ့ရပါပြီ နွယ်ရယ်။ ။ ■

မိုးစက်ငြိမ်း





English Section

၂၀၀၄ သွားတက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ၂၈

PERCEPTS OF LIFE worthy to be Engraved on Every Man's Heart

Make few promises.
Always speak the truth.
Keep good company of none.
Never speak evil of anyone.
Ever live within your income.
Live upto your engagement.
No kind of intoxication liquor.
Be just before you are generous.
Never play at any game of chance.
Keep your secrets if you have any.
Good character is above all things.
Never borrow if you can possibly help it.
Keep yourself innocent,
if you would be happy.
Make no haste to be rich,
if you would prosper.
When you speak to a person,
look at him in the face.
Do not marry
until you are able to support a wife.

Save when you are young to spend
when you are old.
Avoid temptation through fear
you may not withstand it.
Never run into debt
unless you can see a way out again.
Good company and good conversation are
the sinews of virtue.
Small and steady gains have
a competency with a tranquil mind.
When you retire to bed,
think what you had been doing
the whole day.
Your character cannot be essentially injured
except by your own acts.
If anyone speaks ill of you,
let your life be such that
none will believe him.
Never be idle,
if your hands cannot be employed usefully,
attend to the cultivation of your mind...

Compiled by
Dr. Sein Myint
Pathology Department.

After the first candles were kindled,

Not very long ago, exactly - 40 - years from now, founding the Dental College the first few candles were lit by one medical officer eminently monumental for dental history in Myanmar. Candle to candle, batch after batch, by steps geared into momentum, in just 40 years a period, nearly two thousand dental surgeons across all Myanmar like candles glow and glitter, lit by the founder Sayagyi U Aung Than. To him the country owes for all dental health services, for laying foundations in preparing the generations now serving in hospitals, military, private clinics, especially for the teachers in the institutes continuing to kindle, and not the least to him variest we owe for what we are now.

Teachers come and teachers go but teaching shall go on forever. Some first-lit candles have flickered away, fate look them too early including Sayagyi - Memories of their presence shall cherish, in gratitude of their efforts we commemorate, let generations remember them today and tomorrow.

Prof: Htay Saung

Ex-rector

14th July 2004.

၂၀၀၄ ခုနှစ် ဇူလိုင်လ ၁၄ ရက်နေ့တွင် ရေးသားခဲ့သော စာတမ်း

YOUR ACID TONGUE

"What's
your destiny?"

Just as you'd think at least twice
Before doing a thing,
Think before you use your tongue
To see if it will sting.
Just as you'd keep far from vice
To make sure you won't fall
Keep your haughty words unsung
Lest, they make your love small.
Just lend your ear to sound advice.
And do as you are told,
For it's too late to change your ways
When once you are grown old.
Just think what words can do to hurt.
And break up friendship's bond,
Then you will try to please your friends
Especially of one you're fond.

Watch your thoughts.
They become words.
Watch your words.
They become actions.
Watch your actions.
They become habits.
Watch your habits.
They become characters.
That shape your destiny.

Htay Saung (a) Bunnie Sitt.
(Reprinted from Anniversary Magazine of
Medical Science 1953)

Daw Khin Khin Swe
English Department

ORAL HEALTH FOR HEALTHY LIFE

In clinical practice, oral health remains as an important topic for wide discussion by physicians of different fields. At least 200 primary lesions or diseases may occur in the oral mucosa, tongue, gingiva, teeth, jaws and salivary glands, e.g. caries, periodontal disease, odontogenic tumors and salivary gland tumours. In addition many systemic diseases or drugs can cause secondary abnormalities of oral mucosa or salivary glands, e.g., vitamin deficiency, lead poisoning, lichen planus. The oral lesion may be the first manifestation in some systemic diseases, eg. bleeding gum due to DIC in acute promyelocytic leukaemia, gum hypertrophy in acute myelomonocytic leukaemia, some oral lesions become apparent only in the last stage of diseases, e.g., lymphoma, anaemias.

Every disturbance of the oral cavity has also an effect on the total patients. This effect may be only psychologic, e.g., the traumatic loss of the anterior teeth in a young patient, or it may be fatal, e.g., a malignant tumour in the oral mucosa or rare cause of septicaemia following a tooth extraction.

Throughout life an overall health depends on good oral health. Regardless of age, if you want to be healthy, you have to be in good oral health as well. In general practice, physicians of different disciplines come across a large number of patients with oral problems of various kinds. Scientific and epidemiologic data suggest a lifelong synergy between nutrition and oral health status in health and disease. Co-ordinated team care approach involving dietetics, dental and other allied health professionals is very much needed to improve the oral health status of the community. ■

Dr. Sein Myint

Patho Dept.

The role of medical professionals in prevention of spread of HIV infection with respects to oral medicine (A case report)

HIV/AIDS is a deadly disease affecting the whole world including health involve in prevention of the disease.

Medical professionals play an important role in prevention of spread of disease. There are four major signs in diagnosis of this disease which include candida infection, one of the most common oral manifestations. Sometimes, other oral manifestations are also important and not to be missed in diagnosis of HIV/AIDS patients. These common oral manifestations are advanced periodontitis, atypical ulceration and hairy leukoplakia. Atypical ulceration can be seen on the oral mucosa not only in HIV/AIDS but also seen in many other autoimmune related diseases.

Case Report

(62) year old male patient, an owner of food shop presented with two major signs which did not show in a typical manner such as evening rise in temperature about(100°F) and mild coughing. The main complain of the patients was soreness of the mouth, which was found to be infected with HIV. The patient suffered from pain and inability to eat due to presence of ulcer in the mouth. The patient also gave the history of evening fever which was accompanied by chills and coughing off and on. There was no history of chronic diarrhoea and candida infection in oral cavity and these lesions could not be detected.

The patient visited to general medical practictioners and dentists. He was treated for malaria, TB and anti TB drugs were also given. The dentist also prescribed him with local application of corticosteroid ointment and sometimes anti-fungal drug in the form of oral gel.

Chest X-ray did not show any active lesion regarding pulmonary tuberculosis except presence of bronchitis. Hematological examination such as complete blood picture and ESR were carried out. ESR was 25, which was not highly significant for tuberculosis.

Above mentioned history, radiological hematological examination and reex-

amination of oral cavity made the diagnosis difficult and the patient went on visiting one doctor after another which also included visits to a general dentist. None of the physician nor the dentist he visited thought of HIV infection in this case may be due to his age, social position, as he was religious and major sign like presence of fever and cough were not typical.

The main clue to the correct diagnosis was made from one of the oral sign that was presence of atypical ulceration and the history which he briefly mentioned that local application of corticosteroid ointment worsen the symptoms but antifungal gel application relieved the symptoms, such as soreness of the mouth.

It proved that fungal infection presented in the oral cavity might be atrophic type of candidiasis (or) white patches which was more common in pseudomembranous type could not be detected. So, it was decided to carry out serological test for presence (or) absence of HIV infection, blood for CP and ESR. Serological test for HIV was positive and ESR increased to (...50).

In conclusion, I would like to highlight that more common oral manifestations were also very important in getting a diagnosis of HIV infection and the dentist as well as the physician and other medical auxillary personals should always keep in mind not only major symptoms but also minor signs including the common oral manifestations.

In this particular case, as the typical ulceration was not a major sign and all the doctor he visited, missed the diagnosis and moreover, antimalaria drugs were given which might also suppress the patient's immune system, thus making worst for the patients.

The patient also could not get the proper treatment and counselling in turn which might enhance spread of HIV infection. Therefore, the physicians, dentists and medical auxillaries should keep in mind all common oral manifestations not only acute candidiasis, but also chronic atrophic type of candidiasis, atypical ulceration, destructive periodontitis, and hairy leukoplakia, which might be important in the diagnosis of HIV infection. ■

Prof. Ba Myint

Rector.

Reflections of First-time Professors

If a geologist starts to say "once upon a time" it is not going to be 100 years, 1000 years, or not even 10000 years. According to geological finding, more than four billion years of earth's history are recorded in rocks at the surface, but they represent only a tiny fraction of the all the time that all the rock forming processes that have taken place. So one can imagine how far the geologist time scale have gone into the past. However, incomparable to geological past we have cast our minds back to 40 years to reflect our dental history. To celebrate a jubilee is (50) years. Thus the year 2004 is a vintage year for the dental faculty and also for the rank and file of the profession. The University of Dental Medicine, Yangon, while celebrating its jubilee year it has presented a slightly blurred image - a vast porticoed double-storied building once an EENT out-patient department of RGH - - - Something to do with an undergraduate training - - a lot of adult & children patients as well are being channeled from the Dental (OPD) RGH to obtain their routine dental treatment. The building was located in the vicinity of busiest Theingyi Zay Market & Scott Market (Bo Gyoek Market) and clusters of food - court situate between Latha and Pabedan Townships. Well, this is likely to be the public impression of the College of Dental Medicine which was opened in 1965 as College of Dental Medicine (CDM) with an affiliation to the Medical College of Yangon (MC-1). Until 1970, the administrative component was undertaken by the Department of Higher Education, Ministry of Education. Later the Department of Medical Sciences

under the Ministry of Health took charge along with other medical and health allied institutions with its own Board of Governors. The clinical side also runs DSA - auxiliary training school and a (2) years dental technician school. On the college side, there are four major clinical departments under Deanship Professor U Aung Than, the first Dean and Professor in Stomatology who had recently returned from Pennsylvania Dental College (USA) with a DDS. He was someone who would want to steer the College as one would a 'ship' in absolute command. He was a boss, but a leader who could arouse great loyalty in his staff. It is perhaps rather sad that his breed has died out in these days of management by committee. Obviously he has not quite the last of the line. Professor Khin Maung Lay (Oral pathology) fresh from his success with Turner Dental School at Manchester was another who contributed much to the dental institution and the profession. He has endlessly worked for the training and

recruitment of core dental educators. Due to his leadership, his ability and also being a co-founder of Myanmar Dental Association and the Dental Council he succeeded in opening the first dental post-graduate degree course in (1989). This rare achievement was the first milestone erected in the development and progress of the Myanmar Dental profession. Thus, he is a great achiever and possesses an outstanding personality in Myanmar dentistry. Next to follow was Professor Htay Saung (Prosthetic Dentistry) after his successful achievement from Moscow who really got us started in the mid-1990s. He was a remarkable lecturer and teacher for his speciality concerned. It was in 1995 after one of the senior staff member attended the 73rd General Session and Exhibition in commemoration of IADR's 75th Anniversary celebrations in Singapore where an international collaboration with Dentsply Asia was achieved whose aim was to work closely with Myanmar Dental University in their educational

objectives which are in conjunction with the IADR meeting both in terms of Dental Educational and Research collaboration. It was a major contribution in the development and progress of the Institute of Dental Medicine (IDM). This collaborative efforts are still vital and viable till present time.

Since the dental institution became a constitutionally independent establishment in 1996, Professor Myint Naing became its first - time Rector who then leads the Thanthu Mar dental team which also includes five first-time professors. Unlike previous leaders, he employs a lighter rein, but has worked with incredible dedication in the interests of the IDM through the difficulties of the last few years. During his leadership of the institution the following achievements are to be recorded. An ESPE International Educational Fellowship Award was won by a post graduate student from the institution. This award was won for the first-time in the Asian-Pacific region and its ceremonial presentation took place at ADA/FDI World Dental Congress (1996) in Orlando, USA. Another first-time achievement for the IDM was opening of a series of Carat-Ceramic Training Hands-on Workshops which was sponsored by Dentsply Asia.

His successor was of course Professor Paing Soe (Oral & Maxillo-facial) surgery) an alpinist, a national hero for his mountainering success at Khakaboraze, and is a masterly chairman who could cut through the verbiage and had things done. He was a tremendous character, a scientist of regional repute and he has been a great ambassador for Myanmar

dentistry overseas.

Looking into the future

The "planners" always have ideas and "blue-prints" but it never seems easy to produce a "concrete" result. Twelve years ago we planned a grand new building (viz: the Thanthu Mar Dental Complex) complete with scale-size "blue-print" which was to be the spear-head of the new Dental University Hospital, Yangon, with Administrative component, Pre-Clinical and Clinical component, lecture-theatres, and Staff & Student's quarters. In the late 1990s that plan was postponed to the near future or indefinite future. Now we are glad to say we have been promised some funds to rehabilitate and expand into some of the half empty spaces in the university campus at Thanthu Mar. We hope this will materialize. Now, this task lies on the present successor Professor Ba Myint (Oral pathology), Rector of the University of Dental Medicine, Yangon and President of Myanmar Dental Association. If the new generation leader work with dedication and leadership abilities in the interest of the whole Myanmar dental profession, it will enable us to give even better oral health-care services, undergraduate and post-graduate education in the future.

Acknowledgments

As special guest of the Government of Union of Myanmar Sir Rober Bradlaw's role for implanting the seeds of dental education in Myanmar; to Overseas Development Administration (ODA), British Government for providing Technical Assistance under the Colombo Plan and also for providing Dental Experts; to UNDP for providing advanced post-graduate dental education to faculty members under WHO fellowship programme; to DAAD Germany for providing study-tour and

advanced training in Oral & Maxillo-facial surgery; to IADR (SEA-division) for providing training courses in research-methodologies, statistical analysis and scientific writings and also for providing sponsorships for members and participants to annual IADR & SEAADE - regional meetings; to Densply Asia for providing sponsorships for workshops, study tours and IT related equipment; last but not the least, to Mombusho & Japan International Co-operation and Assistance (JICA) under Japanese Government for providing scholarships, staff exchange programmes and for providing dental units and equipment and sponsoring study tours. Dedicated to -

"40 years of distinguished services to dentistry in Myanmar."

(Chit - U)

> Professor of Conservative Dentistry (Retiree)

> Member : Myanmar Academy of Medical Science

> Member : IADR / Co-founder IADR (SEA - division)

Myanmar Section

> Fellow : ICD / Co-founder Myanmar Dental Association

> Former Colombo Plan Study Fellow

■

၂၆ သွေးတက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်သက်မဂ္ဂဇင်း ၂၀၀၄

OUR GRADURATES



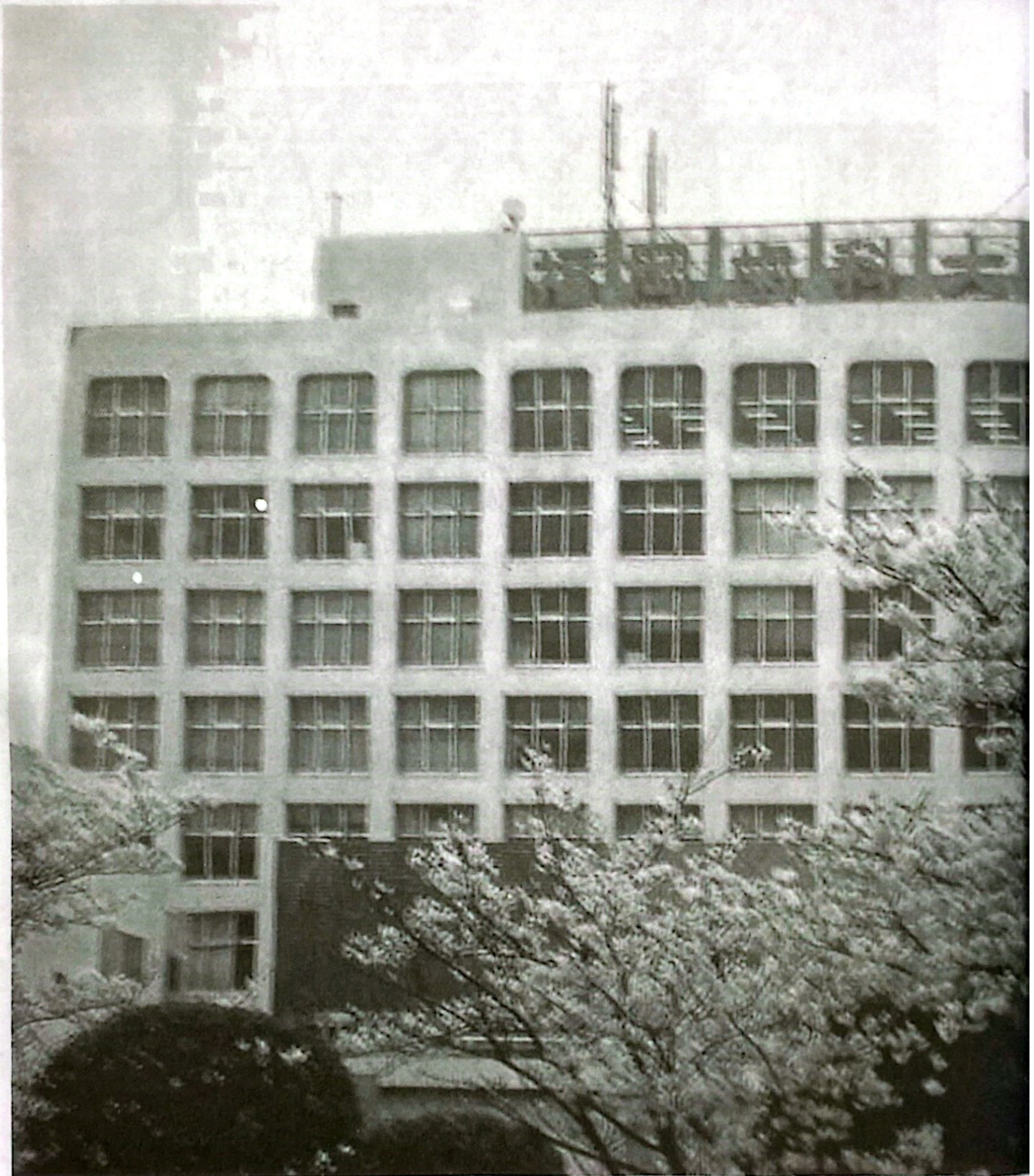
First Graduates - College of Dental Medicine 1969



Recent Graduates... Institute of Dental Medicine 2004
Total no. of B.D.S Graduates 1478 (2004 January)

၂၀၀၄ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း ၂၈၇

OUR SISTER UNIVERSITIES

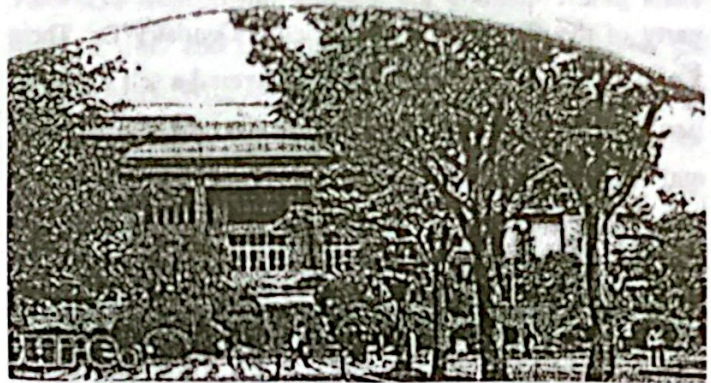


Fukuoka Dental College Fukuoka, Japan.

၂၈ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်လည်မဂ္ဂဇင်း၊ ၂၀၀၄



AICHI GAKUIN UNIVERSITY



Aichi - Gakuin University Nagoya, Japan.



Tokyo Medical And Dental University Tokyo, Japan.

၂၀၀၄ သွားဘက်ဆိုင်ရာဆေးတက္ကသိုလ် နှစ်လည်ပွဲစဉ် ၂၆

"A Gift"

by Dr. Iwao Yamada

Fortunately, the whole story began with meeting a person at the early of December, 1995. At the year end party of the Department of Geriatric Dentistry Dr. Thein Kyu a State Scholar of Myanmar delivered a self introduction speech in Japanese on the stage. I was greatly pleased and surprised with his fluent Japanese. Later I came to know that his Japanese Language teacher was an old veteran who had attended the Japanese Royal Military Academy and the officers training school in Myanmar during Japanese era. After the year end party also, I had



many chances to meet him and his friends, Myanmar dentists. I invited them to my house during New Year holidays. Thence we could tie one another with warm and firm friendship. I met them many times at Tokyo Medical and Dental University's and International Dormitory's occasions. I noticed their perseverance and effort during study in the country with high cost of living like Japan. I also again noticed their honesty and friendliness too. Their scholar lives reminded me of my hardships during my schooldays.

In response to the cordial invitation of Dr. Thein Kyu at the end of his one year study in Japan, I visited Myanmar for the first time together with Noh Players Couples, my five-year-senior Dr. Kanbe and Archbishop

Mr Ajiro of Muroji Temple, Nara. We were warmly welcomed at Yangon airport by Dr. Thein Kyu, his family and my other Myanmar friends. On the next day we went around the town and visited Yangon Dental University. I found that they all were still using the dental chairs and units of British made but forty years old. That scene brought me back to dental hospitals and clinics in Japan just after the second world war. In the evenings I had a chance to visit their private clinics. Although they are using the airturbine handpieces they are lacking in modernised equipments such as X'ray machine, root apex locator and so on. It was found that they could not apply their modern knowledge learned in Japan due to the lack of equipments. Once I got back to Japan. I had always been thinking of the ways to upgrade Yangon Dental School. However, I eventually concluded that my effort alone would not be able to fulfill the great need.

Nevertheless, I could donate three reconditioned X'ray machines and seven root apex locator to upgrade the dental treatments at their own dental clinics. I also received the good news that the patients could have the better treatments with the help of the above mentioned equip-

ments. As a result, my experience on shipping the equipments to Myanmar had greatly helped me out in forthcoming project to become possible.

One day, I had a conversation with Professor Kuroda from the Department of Orthodontics. I present from him that TMDU always changed the old dental chairs with the new ones every year. I guess if I can send them to Yangon Dental University regardless of the number what will happen next? When I discussed with professor Hayakawa who was Dr. Thein Kyu's supervisor during his stay in Japan, I was informed that TMDU will change the dental chairs and units in the year 2000. Therefore, without any delays I met with TMDU President Professor Suzuki, Dean Professor Eto and other university authorities. I received many invaluable advises to carry out the project.

At the end of 1999, I was present at the famous ancient city's hotel, Bagan Siripyitsaya Sakura hotel lawn together with Yangon Dental University Rector Professor Paing Soe and Dr. Thein Kyu. We all gazed at the flowing Ayeyarwaddy River and so also the fading stars with deep inspiration about the upgrading of Yangon Dental University. As we seriously discussed the probable forthcoming difficulties we could not even notice

the dawn coming from the East Sky. Once I got back to Yangon, I went to the Minister for Tourism whom I had met last time and reported about my plan to donate the dental chairs. With his direction and introduction I could pay the courtesy call to the Deputy Minister for Health, Professor Mya Oo. The Deputy Minister was also pleased with my proposal. He asked me whether the dental chairs and units are in functioning conditions or not. I replied him that all the dental equipments will be fully reconditioned and then only be shipped to Yangon. I guaranteed



him that I will not break any promise since being a Japanese. The Deputy Minister assured me for further necessary help and urged the bilateral effort for the success of my project.

At first, I thought I could send only five or six dental chairs to Yangon but Prof. Hayakawa stated that there were altogether twenty two sets to be changed in this year. I could imagine how glad we would be after shipping all these twenty two sets to Yangon. At the same time when I remembered the costly transportation charges and warehouse charges I felt I got lost in the darkness. But very soon, in dutiful Japan I was informed that all twenty two sets of dental chairs and units would be placed near the university tennis court. The great responsibility fell on my

shoulder that all these dental equipments must be packed and moved to Yokohama port for further shipment. It is quite impossible to miss the rare opportunity and my will to carry out the plan has also become greater and greater. Actually I realised that my effort alone will not be enough to implement the plan but I could think to whom I should ask for help and how it would be possible to come true. I felt I was trapped in the corner. Again at the year end party like last years, I asked Professor Enomoto for any kind of kind of help regarding my plan. I received his promise to find any possible organization for my future tasks. After a few days with the help of Prof. Enomoto I got a chance to introduce with President of Ohki construction company who had relationship with Myanmar. Thence



I received the phone call from a staff of Ohki company. He was my classmate during my middle school and high school days. As a result of all the efforts and the direction of Ohki company I could pack all the dental chairs and units, and transfer them to Yokohama port safe and sound. However, just before I relieved my breath the second great barrier emerged before my eyes. I came to know that the air turbine handpieces which are the essential parts of dental units were not included as they had to be used in TMDU. Although Yangon side replied to me that the dental chairs and units are of some help to them, I could not let it happen as if the gifted automobile without the engine for them. Many days had passed by worrying how to overcome the great obstacle. I remember the dispute

between art scholars and science scholars that the sounds like sine or cosine may come out when you tab the science scholar's head. In the same manner if someone tabs me the sounds "Myanmar", "Myanmar" will definitely come out off my head.

At one time. I knew the existence of a non-governmental organization named OMETA (Overseas Medical Equipment Technical Assitants). When I found the names of dental companies such as N.S.K, J.Morita, in their pamphlets I felt I could grab a grass in the deep sea. Firstly I went to J.Morita Company, Tokyo branch. There I met with my old friend of twenty years and I got the promise that six J.Morita handpieces would be donated to me. But these six handpieces are not enough for the donating eighteen J.Morita Units and four Osada units. Then I received 8 handpieces from Dr. Fukushima who once worked together at my dental clinic. I still need to contact N.S.K. Company where I can get the remaining handpieces. However, a difficulty again was I had no friends working at N.S.K Company. I was thinking of asking some help from OMETA so that I requested Mr. Nagata, a director from that organisatin for some conversations. Mr. Nagata willingly gave me a chance to meet him.

Very soon, I received a phone call from Mr. Nakanishi, the owner of NSK Company stating that he is going to donate 6 airturbine handpieces. I

was so glad to hear the news that I burst out into tears. But, it was still necessary to find some money for the shipment to Yangon and for an appropriate mechanics to fix the dental units in Yangon.

At a dinner party held as an honour given to those who helped in transferring the dental equipments from TMDU to Yokohama Port, a good news was received from Nisshin Transportation Company that Myanmar Five Stars Ships used to come to Yokohama Port twice a month. Therefore I sent an application letter to the Ministry of Health, Myanmar to ask Myanmar Five Stars Shipping Line for free transportation of donated dental equipments to Yangon according to the advice of OMET. As this matter was entirely dependent on Myanmar side I had been waiting for his decision very anxiously. It could be said that the fax reply within two weeks was great. It mentioned that the dental equipments would be carried to Yangon by Myanmar Five Stars Ships. At this time, apart from a little bit of requirements, the donated twenty two dental chairs and units were shipped to Yangon Port successfully. In the meantime Archbishop Mr. Chito Ajiro Who accompanied me in 1996 Yangon trip had donated 35 million Yen for this project. These money were Archbishop's long time saving of his salary for maintaining the Nara temples. While I was receiving these

donation money, before I could notice myself I lost my control and burst out into tears again. My seven year senior Dr. Endo also donated 100,000 Yen for the project. So also Dr. Ichikawa from Dept of Geriatric Dentistry had arranged with the University chief Nurse and able to donate about a hundred used Osada handpieces. At the same time Myanmar side had informed me that the new building would be built for these twenty two dental chairs and units.

In August, 2000 I left for Myanmar together with my clinical assistant Dr. Horie and the dental mechanics Mr. Haraguchi for fixing the dental chairs and units. We had been working for five whole days from morning till sun set for the final stage fixing of the dental equipments. When we ran the local water supply system we found that the sand or some inclusions were present in the water. Although the filter system was fitted at each and every dental units, with the hope that it might spoil the units in long term use, I decided to buy the clean water supply system. With the collaboration of Myanmar Experts we could fix the customised water purification machine which has the capacity of producing 2000 litres per hour so that we can avoid further damage to the dental equipments. This water purification machine not only provide water to the new treatment room but also to the other treatment rooms at the whole university. We could again buy three 5.H.P air compressor, five air conditioners for the new treatment room.

December 28, 2000. This day will not be forgotten in my whole life. The auspicious day, because the opening ceremony of the new treatment room set with the donated dental chairs and units was held at Yangon Dental University. The opening ceremony was attended by His Excellency, The Minister for Health, the Rector, the Professors and the teaching staff. From Japan side. TMDU Dean Professor Eto, my classmate Dr. Hirai, I myself and my clinic assistant and nurse were also present at the ceremony. The Minister, Professor Eto and I delivered the speeches. It is very significant that the opening ceremony

was attended and honored by the minister. I found him to be very pleased and interested in this project. He offered me words of thank for many many times.

The Rector Professor Paing Soe, Professor Thein Kyu and I myself were greatly pleased with what we had seen now and what we had discussed at Bagan night by holding one another's hand. Now I was informed that the multidisciplinary treatments were given in this new treatment room.

Thinking back to the past, the goal is very obviously clear but the ways and means to achieve the goal is very obscure like holding the clouds by hands. However, I had got through with the belief that the devotion, the utmost physical and mental efforts might lead me to a achieve the goal one day. It was coincided with an old addage that even the evils can not disturb the man with will, wisdom and activity. As for me, I had founded the TMDU boat club by organising my good friends there by nurturing many candidates for Tokyo Olympic games, Montreal olympic games and the inter-universities competition at Switzerland, Italy and Ugoslavia etc. I thought that my experience, belief and determination based upon my boat club life had pushed me forward to achieve this goal successfully.

By the end of the opening cermomy, I felt I could show Myanmar People that Japanese people are reliable. At present there are about six brilliant dentists from Myanmar attending the post graduate course at the Faculty of Dentistry, TMDU. Since TMDU and Yangon Dental University are mutually agreed to be the sister universities, I cordially wish more and more projects should be coming out continuously. ■

By Dr. Iwao Yamada.

Ultrasound in Dentistry

Humans cannot hear sounds of every frequency. A young person with good hearing can hear frequencies ranging from about 20Hz to about 20000Hz. These frequencies are 'audible'. Below 20Hz sound is infrasonic, while frequencies above 20,000Hz are ultrasonic. Neither infrasonic nor ultrasonic frequencies can be heard by humans regardless of the amplitude of the sound. As a person ages, the frequency response of their ears lessens. High frequencies are heard with difficulty. At an age of around 65, the highest audible frequency is about 5000Hz. This is not very noticeable as most every day sounds fall in the range 200-2000Hz. A similar, but less marked loss in hearing also occurs in the lower frequency range.

Ultrasonic sound waves can be generated in a number of ways, all employing a rapidly vibrating object. The most common method uses a small piezoelectric crystals. The plate is supported so that it is free to vibrate. Metal wires are attached to its two circular sides. If a high frequency alternating current is fed into the crystal through the wire, it will vibrate rapidly. This causes the ultrasonic sound waves to propagate through the surrounding medium. This method can generate frequencies up to 300,000Hz.

Both the sources and detectors of the ultrasound are called transducers. A transducer is a device that convert energy from one form to another. The source transducer converts electrical energy into ultrasound and the receiving transducer converts ultrasound back into electrical signal which can be processed for display.

Ultrasonic wave have proved very useful in the medical field. Until recently, the only way to probe inside the body was to use surgery or X-ray photography. Both have their disadvantages. Surgery is traumatic, costly and requires much patient time, while X-rays are harmful and do not reveal much information about the soft tissue in the body. Ultrasonic can be used to probe the soft tissue and organs of the body safely, cheaply and involving little time and fuss.

High frequency sound waves are generated in short burst which travel through the skin into the body. Some of the waves are reflected each time a new tissue layer or organ is penetrated. The reflected waves are detected by a suitable microphone, and the time of travel compute. Knowing the speed of the ultrasonic waves, the depth of each reflection layer can be ascertained. The intensity of reflected waves gives information about the nature of the boundary. The more rigid the boundary, the greater the intensity of the reflected waves. Organ tend to reflect strongly, tissue less so.

Typically, an ultrasonic scanner is connected to a TV screen to provide a full picture. Frequencies around 350,000Hz are commonly used, giving

very small wavelength. Often, the 'short bursts' of the waves are five thousandths to a second apart. As the pulse rate for the ultrasonic wave is high (200 pulse a second) this allows the doctor to see changes occurring within the body over a short time scale, eg. a heart beating.

Ultrasonic waves are also used in a variety of dental medicine. For example, dentists use ultrasonic waves for the removal of plaque and calculus from teeth. Called an ultrasonic scaler, sound waves penetrates the air gap between the tooth and deposit to be cleaned. The longitudinal waves cause the plaque and calculus to vibrate rapidly, eventually breaking away from the tooth. These ultrasonic cleaners may not completely eliminate the need to use standard scalers, but they certainly reduce their use. Heavy stains on the teeth can also be cleaned by using ultrasonic waves. We can now clean nicotine, coffee, tea, and other stains better than before. So ultrasonic cleaning can maintain the health of the gums.

Ultrasound finds application in the vibration of needles which causes them to behave in a similar to a road drill. This is useful as an ultrasonic dental drill which penetrate the tooth rapidly. It can be used in the healing of muscle injuries, sterilize equipments, in surgery and obstetrical applications. Intensities of 10^3Wm^{-2} is used to destroy cancerous tissue or gallstones and etc.. So the use of ultrasound in medicine has greatly benefited the doctors; as an accurate picture of the inside of the body can be generated quickly and safely, efforting the doctor greater diagnostic power. ■

DAW HLA HLA WIN

Physics Departement

Though It was Second Choice

Dr. Aung Htang

I had never thought of how I became a dentist and a researcher until my father died. My father died in 13 years ago, in mid April, in our house at Chin Hills, without my being there to bid him goodbye. When he died, it was merely a week that I had been in Fukuoka, Japan, to study Japanese at Kyushu University for 6 months. After the course, I had to go to Nagasaki University to work for my Ph.D. My family didn't tell me until two months had passed because they didn't want me to suffer the loss. When I learned of his death, I collapsed on my bed and cried the whole night. Strings of thought, recalling my childhood life with my father, including how he had nurtured me to be a good servant, lingered on in my memory. For the next few months, I stumbled around the streets of Kyushu University in silent mourning. At 34, I felt like a miserable orphan. His death was a great loss for our family. For me, I lost my moral teacher and guide who made me to be a man of principle. Nothing can replace the vacuum he left by his death.

Since then, I have shed tears easily over father-son stories that I see on TV or read in magazines. An father's day, which I never paid serious attention, had slowly becomes a meaningful and solemn day for remembering the man I called "Papa". My father's best legacy was moral principles that he instilled into my mind and the dazzling smiles he gave to encourage whenever I was in despair. As a grocer my father suffered during the nationalization in 1964. Shutting his shop, he was at the brink of total desperation.

Nothing else to do, he started a new chapter of life-struggle to support us. Assuming the best resolution that he could, he bought a small acre of land and began to grow some plants. As a son of traditional cultivators, he found no difficulties to till the land. Fortunately, he inherited a talent of traditional vet surgery. He castrated bulls and dogs do be tame, and pigs to rear as hogs. Also he castrated roosters and removed the ovaries from pigs to fatten them for meat. He made some experiments on plant grafting and propagated some plants for the nearby peasants. By observing my father's work, I made a strong determination to become a medical doctor or a researcher.

I spent most of my leisure time accompanying my father in his plantation and husbandry. Since we had a very intimate and transparent relationship between us, people joked us "Htang Brothers" rather than father and son. He also taught me basic skills of "DO IT YOURSELF", such as handling

carpentry tools and cultivation. One day in mid winter, he took me to our native village and led me up to a mountain where the villagers used to hunt. There, a herd of mountain goats were grazing on the mountain moors. Nearby the grove was a small buck flapping his ears and standing underneath a tree. My father cocked his short gun and took an aim to it. I thought that he was ready to pull the trigger. Instead, he broke a dry twig with his toes in order to make a sound that would frighten the buck. It sprang up with his agile legs and darted like an arrow released from a bow. The barrel followed the direction towards the buck sprinting, and the gun banged. He missed the target though he was a sharp shooter because the buck moved so fast and was so far for the short gun. I couldn't understand why he let the prey escaped. And I asked why. Then he started his moral lecture, "If you hunt animals just for game, never shoot them while they are grazing and mating, and during the lactation

or brooding periods. And also give them a chance to escape. They have the rights to live as long as the nature allows them. We are human who have sensible mind. In each and every thing, we must be fair not only upon the people but even upon animal."

We both sit on a huge rock on a viewpoint from which we could see the blue mountain of *Rakhine Yoma* (Range) that ranges from north to south under the clear blue sky. Beyond the *Yoma* is Indian sea. Then, my father continued his lecture, his own philosophy and the way he thought, "Always consider the benefits of the majority. Never betray your friends or yourself. Never be selfish. It is better to be a generous slave rather than a stingy or selfish master. When you compete even with your enemy or with your rival, let the competition be fair. Winning through a fair competition is honorable. Remember that ones could make himself successful in their life by playing mean or dirty tricks. But he will always be a liar throughout his life in order to hide his misdeeds. Be sincere and truthful in your daily business. Remember our traditional proverb that says, 'Never build your house with stolen materials.' Always think the best, do the best, and hope the best. Never bribe, nor be bribed." Those words still remain in my memory till now.

When I was matriculated in 1975, I was dismayed by the telegram sent from the Dental School in Yangon telling me that I would be accepted to study dentistry. My father knew that something was amiss when he found me sitting on the steps of our house like a

defeated warrior. He already knew my reluctance to go to other universities rather than a medical school. But he deeply considered that to choose a profession or career was the matter of life. He didn't want to commit an indelible mistake when he had to decide for my future. We seriously discussed about whether I would go to the dental school or would seek other means to study medicine. Finally, my father decided to go to the dental school. He said, "It is not the matter whatever the profession it might be, whether a medical or dental. The matter is to serve the people and the country with all your heart and might, with the best of your skill and knowledge. God will bless you on your deeds and thought."

I had no more choice except to go to the Dental School. As a Christian, I had to believe that it was what God had already predestined, in another word 'it is the will of God'. Anyhow, I was so regret and upset that I failed to go to the medical school. In secondary school, I had been a popular student and a highly regarded athlete. I had a strong ambition to become a medical doctor, and my father also expected I would be so. He was so yearning to fulfill my ambition because he was not gifted the chance to pursue higher education. He left school at very young age and worked as a sergeant clerk at a newly opened police station. After months he quit and started a private business. He said, "To be poor or rich is not the matter, but to be man of principle is the matter most to make one's own history."

Sooner or later every one will fall short at something important to them, whether it be a job, a dream or

relationship. Flunking medical school, I believe, led me to a better profession that suited me or that I deserved. It certainly taught me about the frailties of the human condition, and about the need to give people second choices or chances. But failure also taught me that life is a road with unpredictable forks and unexpected tomorrows. To take advantage of them, we can't ourselves be destroyed by a defeat, or let others set the limits on your ability to achieve. I failed to go to the medical school, but I could go to the dental school. It means that 'though one door had closed, another had opened.' I still remember a proverb my father used to say whenever things did not happen as he expected in his life, "Men proposes, but God disposes. "Sometimes, the first choice doesn't mean the best, and the second choice doesn't mean the least. I was not defeated though I flunked the medical school, but I am happy with my second choice.

■
Dr. Aung Htang

My idea of a good teacher

A teacher is like a gardener who makes flowers bloom, with tender, loving care. My idea of a good teacher is a virtue of loving kindness and true spirit of a teacher. As a portrait of respect and esteem a good teacher must have a devotion of his life to teaching.

He must be a role model of a student and possesses the mastery of the subject. Concerning with the personalities of a teacher, he or she doesn't need to be exceptionally pretty or handsome, but he must possess attraction, charming and a good personality. He must be good-looking at least and must have a cheerful personality.

To win interest of students, he must show a genuine interest of sympathy to others. He must show patience and understanding to his students. He understands his students well and knows when it is time to come out of his way during a boring lecture, and cracks jokes.

Besides imparting education, a teacher is also responsible for the formation of good character in the

pupils. He has to inculcate in them truthfulness, honesty, patriotism, discipline and many other virtues that are essential to the making of a good person.

He must possess high potential. To make his lesson more lively and interesting, he needs to be active, energetic and enthusiastic. He has to make a lesson plan and follow the plan. He needs stamina, time and ability to prepare a lesson. He must be quick and witty to put on an act during a lesson when necessary and adapt to all kinds of situation in the class.

He needs to be tactful in dealing with rebellious or problem children. He even has to give time to discuss with the parents the ways and means of guiding an errant pupil back to the right path. He must show tolerance and endurance in dealing with others.

Although a teacher's duties are many and varied, he enjoys and is contented with few fringe benefits. Not to stagnate intellectually, he can't be a materialist and worship money. He must be humanistic and impartial. He has to keep studying all the time to be up-to-date and effective in his teaching. He wields little power outside classroom. Yet he is happy with his lot because he knows that his work is essential to the progress of person's life and attitude.

■

Daw Khin Khin Swe
English Department

So Let's talk about Relationships

To my dear friends, brothers and sisters,
May I Say that : -

1. There are 'friends' who pretend to be friends, but there is a friend who sticks closer than a brother.
2. Be with wisemen and become wise. Be with evilmen and become evil.
3. Don't be selfish, don't live to make a good impression on others. Be humble, thinking of others as better than yourself. He who humbles himself shall always be exalted, and the tree that bears the heaviest fruits always hangs low.

Don't first think about your own affairs but be interested in others too - and in what they are doing. Give the best you have and the best will come back to you. The more we give of anything the more we receive in return.

4. Injustice : Do what is good and right then if men speak against you calling you bad names or evil names, they will become ashamed of themselves for falsely accusing you.
5. PRIDE: False pride is the first step to DOWNFALL Beware of that kind of pride.
6. LOVE: Love is very patient and kind, never jealous or envious, never boastful or proud, never haughty, selfish or rude.

Be patient and you will finally win for a soft tongue can break hard bones. Love does not demand its own way. It is irritable or touchy. It does not hold grudges and will hardly notice when others do it wrong. It is never glad about injustice, but rejoices whenever truth wins out.

If you love someone you will be loyal to him no matter what the cost. There are 3 (three) things that remain. They are faith, hope and love-the greatest of these is love. 'Love one

another' I must Say.

7. MARRIAGE

You wives, must submit to your husbands' leadership.

And you husbands must show the same kind of love to your wives. You must be holy and without a single fault. That is how husbands should treat their wives, loving them, caring them as parts of themselves.

Wives, fit in with your husbands. Don't be concerned about the outward beauty, that depends on jewelry or beautiful clothes or hair arrangement. Be beautiful inside, in your hearts, with the lasting charm of a gentle and quiet spirit.

You, husbands, must be careful of your wives, being thoughtful of their needs and honoring them as the weaker sex. Remember that you and your wife are partners, now loving, caring, and respecting with each other. Have a good happy life.

8. TEMPTATION

But remember this-the wrong desires that come into your lives aren't anything new and different. No temptation is irresistible. You may be tempted but don't yield to it. Stay away from the devil and evil temptation. Resist the devil and he will flee from you.



9. ANGER

Dear friends, brother and sisters. If you are angry, don't sin yourself by nursing your grudge. Don't let the sun go down with you still angry - get over it quickly, for when you are angry you give a mighty foothold to the devil. Dear brothers, don't ever forget that it is best to listen much, speak little and not become angry, for anger doesn't make as good.

10. Finally let us talk about MONEY

He who loves money shall never have enough. It is foolish to think that wealth brings happiness.

Do you want to be rich? Yes-you already are if you are happy and good and contented. Content with what you have. NEVER BE GREEDY.

After all we didn't bring any money with us when we came into this world and can't carry away a single Pya or Kyat when we die. We all have to leave everything behind. I must say that we should be well satisfied without much money, if we have enough food and clothings. Yes enough food to eat and enough clothings to wear.

People who long to be rich soon began to do all kinds of wrong things to get money. Things that will hurt them and become unhappy in the end if they

don't get what they want and finally they will go to HELL. For the love of Money is the first step towards all kinds of CORRUPTIONS and SIN. Some people have even turned away from GOD because of their love for money.

Money is the route of all evils. If you have money use it in a proper and decent way. Greediness as a result have pierced their hearts with many tears and Sorrow. So let us not last for money. And it is said "What shall it profit a man if he shall gain the whole world and lose his own soul".

You must be able to live on almost nothing or with everything. You must therefore learn the secret of contentment in every situation, whatever it be a full stomach or hunger plenty or want.

So let us remember these 10(ten) points mentioned above and let us live together with Compassion, loving care, loving kindness and sharing with each other and having good relationships. If we want peace and happiness in this life of ours. I must say it again to live and to love one another.

Before finishing I remember this very vividly about what Mahatma Gandhi had said before he died. He said "An Eye for an eye and a tooth for a tooth will make the world go blind and edentulous."

GOOD NEWS for the dentists may be!

Mahatma Gandhi's quotation gives us a moral lesson. Not to REVENGE but to forgive one another and to love one another ofcourse and to live in harmony and peacefully among ourselves.

Saya George.(an old teacher)



Introduction

Historically, bad breath had had many names ... halitosis, feter oris, feter ex ore. The terms bad breath, halitosis, and breath malodor all mean an unpleasant breath odor that is objectionable to others. The truth is that bad breath under any name can be an indication of a serious disease entity for many people and a life time of social problems for others. Nearly everyone, in fact, experiences bouts of halitosis from time to time. It is fortunate that most bad breath is caused by oral conditions.

The history of halitosis is well documented with references to the condition dating back to ancient civilization. Halitosis, from the Latin for breath (hali)



Halitosis

(Bad Breath)

Prof. Thein Tut

and condition (tosis), refers to a systemic-related malodor. Feter ex ore and feter oris are terms that directly relate to oral conditions producing malodor. Researchers and experts in the malodor field have suggested that the condition should be referenced as oral malodor or non-oral malodor. Oral malodor can be either transitory or chronic. Transitory malodor is described as a food-related malodor that may last up to 72 hours and is a condition all individuals suffer from at one time or another. Chronic malodor is generally oral-related and in some cases due to a medical/systemic condition, such as diabetes.

The individual usually seeks out dental treatment because of a toothache, bleeding gums, unhappiness with the appearance of his/her teeth, or because he/she has been told that he/she has bad breath. The dental profession has dealt quite adequately with the first three of these complaints, but has tended to neglect the fourth or the malodor complaint.

Understanding the Problem

Halitosis, and the treatment of this problem, is quickly becoming the growth area of the 90's in dental practices throughout the world especially in

developed countries. Oral malodor is a very pervasive problem, and can be simply an embarrassment to some, or the sign of potentially serious systemic problems for others. Most dental schools have no formal lectures on this subject and provide the student with no hand-on experience with the treatment of a oral malodor. Thus, a very important and common problem from the patient's perspective had been essentially ignored by the dental community.

Professionals are being drawn to establish this treatment service within their offices for several reasons. Perhaps the primary reason is the power of this concept as a marketing tool. It is an excellent way of attracting new patients, particularly those who are not regular users of dental services. The treatment of halitosis is often viewed as "non-dental" procedure by the public, and so does not carry the psychological impact of other dental treatment. This allows these people to become comfortable with the dental environment in a non-threatening fashion. Amongst existing patients, it is a strong motivator for the acceptance of dental treatment, particularly in the area of periodontal disease, which is known to be a major source of halitosis. Finally, there are now the means to quantify this problem, and some definitive means to treat the problem, once properly diagnosed.

This awareness of malodors a treatable oral condition has to be tempered by our relative lack of knowledge of the epidemiology and pathophysiology of this problem. And, in the absence of this information, there is no body of epidemiological studies which describes the prevalence of this problem in any given population. Advertisements seeking subjects with malodor for clinical trials often elicit many inquiries, suggesting that the problem is common, or that people with the problem are not seeking treatment. But this is not the same as well designed epidemiological studies to provide accurate prevalence figures.

Japanese investigators have published most on this subject, and we should pay heed to their findings. They find that some individuals have no physical evidence of malodor, but rather their complaints of such odors seemed to be based on the presence of certain phobias. This has been confirmed by other studies, and indicated that the individual with a complaint of malodor, but without evidence of such, may have an underlying psychological condition. Thus, one of the outstanding needs is reliable data on the prevalence of malodor among various age groups and communities.

Causes of halitosis

Bad breath is a condition that has many different causes and even though it is most often caused by oral problem, bad breath can also be a symptom of a serious disease. One of the best examples of this is diabetes. While an odor is not detectable in well-controlled patients, an acetone sweet fruity odor can often be detected in the uncontrolled patient. This odor can even be a sign of an impending coma.

It used to be thought that bad breath could originate directly from the contents of the stomach. We now know that this is not true except when belching or vomiting since odor and gas cannot escape when the esophagus is in a normal closed condition. Most of the odors which are not intra-oral in origin enter our breath through the lungs. The

most common example of this is the odor that comes from some of the food we eat. The bi-products from ingested foods are absorbed, carried through the blood and excreted through the lungs. This explains why patients complain of garlic or onion breath long after they have eaten and even after they have brushed, flossed and rinsed. It is thought that disorders of the oral cavity cause up to 85% to 90% of all the cases of halitosis. Some of the more common causes are: dry mouth due to lack of flow of saliva during sleep, denture wearing, food retention, poor oral hygiene, dental decay, gingivitis, an unclean tongue, and smoking. Most of these factors have in common an increase in bacteria in the oral cavity. These bacteria produce compounds like hydrogen sulfide, methyl mercaptan, dimethyl sulfide and collectively they are known as volatile sulfur containing compounds or VSC. These are the compounds responsible for bad breath.

Pathogenesis Halitosis

It is generally known and agree that VSCs (Volatile Sulfur Compounds) are responsible for the odor and that 80-90% of these come from oral sources. VSCs are produced by bacterial and cellular degradation and include hydrogen sulfide, methyl mercaptan and dimethyl sulfide. The nature of the odor may vary in intensity (strength of the smell) and quality (the type of odor). These traits are key diagnostic indicators of underlying disease; halitosis linked to disease is more intense and has a distinct quality which is often related to the underlying sources. The fact that oral odors can originate from sources other than the oral cavity demands that a proper diagnosis be done, requiring a thorough examination and history. It is known that systemic disorders, medications, and ENT problems can all contribute to halitosis.

Research identifies the production of volatile sulfur compounds (VSCs) by gram-negative anaerobic bacteria in the oral cavity as the chief culprit in oral malodor. The posterior dorsum of the tongue and the gingival sulcus

have been identified as key areas for harboring these bacteria. The coating on the tongue comprises dead epithelial cells, anaerobic gram-negative bacteria and food debris. In periodontally healthy patients, this is the primary cause of oral malodor. In the patients with periodontal disease, the periodontal pocket has proven to be an additional reservoir for odor producing bacteria. In addition, the shift from gram-positive to gram-negative bacteria populations seen in gingivitis increase oral malodor.

Hydrogen sulfide (H_2S) and methyl mercaptan (CH_3SH) are the two main odor causing VSCs produced by gram-negative bacteria. Hydrogen sulfide has been associated with periodontally healthy individuals, whereas methyl mercaptan has been associated with periodontal patients. Additionally, research suggests that these compounds may be especially important in periodontal infection, as they may interfere with collagen and protein synthesis. Research also suggests that the presence of these compounds may affect the permeability of the gingival sulcus, may enhance the ability of bacteria-produced toxins to pass into the bloodstream, and may accelerate the infection process. This correlation between oral malodor and periodontal infection warrants serious clinical consideration and treatments for patients.

Risk Factors Associated with Halitosis

Non-disease related

Inadequate oral hygiene
Long periods of mouth closing
(i.e., morning breath after sleep)
Xerostomia (e.g., dry mouth due
to mouth breathing, medication)
Tongue coatings

Oral

Disease related

Gingivitis
Periodontitis
Mouth infection,
inflammation, ulceration
Candidiasis
Cancer

Non-Oral

Aging
(Reduced salivary flow)
Alcohol
Hunger
Pungent foods
(i.e., onion, garlic)
Tobacco
Therapeutics
(amphetamines,
anticholinergics,
antidepressants,
antihistamine,
decongestants,
antihypertensive drugs,
nia,
antiparkinsonian
agents, antipsychotics,
anxiolytics,
haemotherapeutic,
diuretics, narcotics,
analgesics, radiation
therapy)

Gastrointestinal

(gastroesophageal reflux,
hiatal hernia, cancer)

Nasal (rhinitis, sinusitis,
tumors, foreign bodies)

Pulmonary (bronchitis, pneumonia
tuberculosis, cancer)

Systemic (cirrhosis, dehydration,
diabetes, fever, hepatic disease
leukaemias, uremia,
rheumatologic disease)

Psychogenic (delusions,
depression, hypochondriasis,
Suicidal tendencies, schizophre-

also associated with temporal
lobe epilepsy)

Adopted from Replogle and Beebe, 1996.

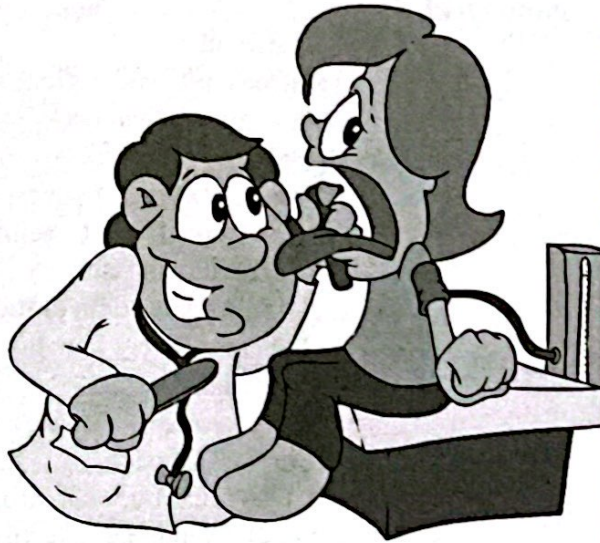
Source: *The Oral Care Report*
Dr. Chester W. Douglass
Department of Oral Health Policy
Harvard School of Dental Medicine
188 Longwood Avenue
Boston, MA 02115

Prof. Thein Tut

GOOD PRESCRIBING PRACTICE

DR WIN WIN MAY

Department of pharmacology



In medical schools, pharmacology training for undergraduate students concentrates more on theory than on practice and focuses on therapeutic uses and side effects of different drugs. So they don't have a very clear idea of how to prescribe a drug for their patients or what information they need to provide. Some students may think that they will improve their prescribing skills after finishing medical school, but research shows that despite gains in general experience, prescribing, prescribing skills do not improve much after graduation.

Sometimes students only expect to copy the prescribing behavior of their clinical teacher, or existing standard treatment guidelines, without explanation of why certain treatments are chosen. Even though clinical textbooks and treatment guidelines provide treatment recommendations, they rarely discuss why these therapy are chosen. In clinical practice patients vary in age, gender, size and

sociocultural characteristics, and all of these may affect treatment choices. Bad prescribing habits lead to ineffective and unsafe treatment, exacerbation and prolongation of illness, distress and harm to the patient, and higher cost. Changing existing prescribing habits is very difficult. So good training is needed before poor habits get a chance to develop.

This article is primarily intended for under graduated medical students who are about to enter the clinical phase of their study. Postgraduate students and practicing doctors may also find it a source of new ideas and, perhaps, an incentive for change. Following steps should be considered for rational treatment.

1. Define the patient's problem
2. Specify the therapeutic objective (What do you achieve with the treatment)
3. Verify the suitability of your treatment (Check effectiveness and safety)
4. Start the treatment (Write a prescription)
5. Give information, instructions and

aspects:

- Are the active substance and the dosage form suitable for this patient?
- Is the standard dosage schedule suitable?
- Is the standard duration of treatment suitable?

For each aspect, you have to check whether the proposed treatment is effective and safe. A check on effectiveness includes a review of the drug indication and the convenience of the dosage form. Safety relates to contraindication and possible interactions. Be careful with certain high-risk groups such as extreme of age, pregnancy and lactation, hepatic and renal diseases, history of drug allergy and taking other medication. If necessary, change the dosage form, the dosage schedules or the duration of treatment. In some cases it is better to change to another drug.

warnings

6. Monitor (and stop?) treatment

Define the patient problem

A patient usually presents with a complaint or a problem. Patient's complaints are more likely to be symptoms. A symptom is not a diagnosis, although it will usually lead to it. Making right diagnosis is based on integrating many pieces of information: the complaint as described by the patient; a detail history; physical examination and necessary investigations.

Specify the therapeutic objective

To prevent a lot of unnecessary drug use, specify your therapeutic objective before choosing a treatment. Discuss your therapeutic objective with the patient before you start the treatment. It also makes the patient an informed partner in the therapy and improve adherence to treatment.

Verify the suitability of your treatment

In all cases we need to check three

Write a prescription

There is no global standard for prescription, and every country has its own regulations. The most important requirement is that the prescription be clear. Following information should be included in your prescription.

- Name and address of the prescriber, with contact phone number (if possible)
- Date of the prescription
- Name, age, sex and address of the patient
- Name (generic) and strength of the drug
- Dosage form and total amount
- Label: instructions and warnings
- Prescriber's initials or signature

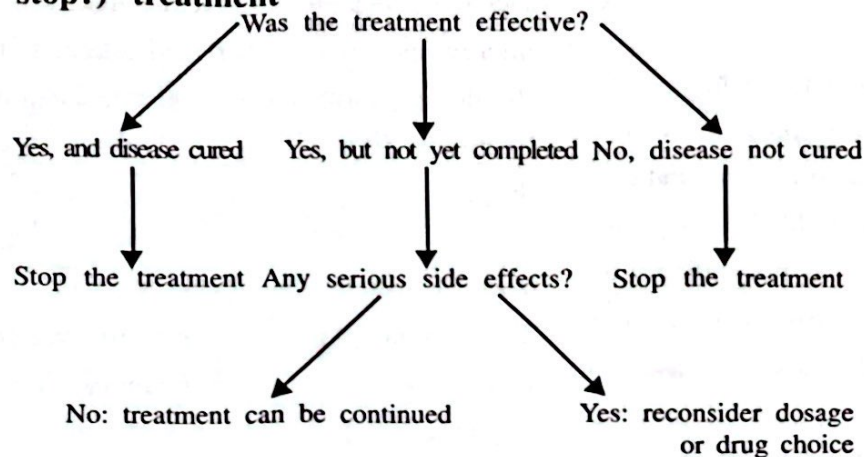
Give information, instructions and warning.

The six points listed below summarize the minimum information that should be given to the patient:

1. Effects of drug - why the drug is needed, which symptoms will disappear and which will not, when the effect is expected to start and what will happen if the drug is taken incorrectly or not at all.

2. Side effects - which side effect may occur, how to recognize, how long they will continue, how serious they are and what action to take.
3. Instruction - how the drug should be taken, when it should be taken, how long the treatment should be continued, how the drug should be stored and what to do with left-over drugs.
4. Warning - when the drug should not be taken, what is the maximum dose, and why the full treatment course should be taken.
5. Future consultations - when to come back (or not), in what circumstances to come earlier, and what information the doctor will need at the appointment.
6. Everything clear? - ask the patient whether everything is understood, ask the patient to repeat the most important information, and ask whether the patient has any more questions.

Monitor (and stop?) treatment



Lastly, but not the least we have to keep up-to-date about drugs. Knowledge and ideas about drugs are constantly changing. New drugs come on the market and experience with current drugs expands. Side effects become better known and new indications or way of using existing drugs is developed.

How can you keep up-to-date? This problem can be solved in usual way: make an inventory or available types of information such as reference books, drug compendia; Physician Desk Reference, Monthly Index of Medical Specialities (MIMS), British National Formulary (BNF), national lists of essential drugs and treatment guidelines, drug bulletins, Medical journals and nowadays modern informatics such as on-line computers and CD-ROM and computerized drug information systems that maintain medication profiles for every patient have been developed.

Possible information sources will vary according to country and your own personal situation. Your job is now to decide how best to keep up-to-date. ■

Reference:

1. World Health Organization (1994)
2. Essential Drugs & Medicines Policy
3. Guide to good prescribing
4. A practical manual

၂၀၁၄ ခုနှစ်တွင် ရေးသားခဲ့သော စာအုပ်ကို နှစ်သက်ပါသည်။ ၂၀၁၄

Recollections of A Dental Student

Once upon a time, there was a little Dental College situated in a remote corner of the sprawling Yangon General Hospital Compound. It was small building, but housed some of the latest equipment in Dental Technology.

Dentistry, then, was a new profession in Myanmar and dental students numbered only in the hundreds.

In appearance, dental students were the smartest of the University students. Wearing duty coats, trousers, shoes and ties, they made quite an impression on the patients, and the belles prowling the Scot Market (now Bogyoke Market) some of whom, holding manuals on "How to catch a dental student" could be heard to snicker, "Just like their Sayagyi." "Sayagyi" was professor Aung Than, the father of Myanmar Dentistry. In those days, when professor were the ones either with white hair or no hair at all, professor Aung Than cut a fine figure with a broad forehead, a thick stock of black hair and trademark Sherlock Holme's pipe.

When "multimedia" was an unborn

word, our lecture theatre boasted an overhead projector and closed circuit television. Lectures were conducted by foreign-trained lecturers and demonstrators via cordless microphones. The clinical halls were filled with rows of modern dental chairs and units. But then, the dental units were run by cumbersome engine belts while the air-turbines were still on the horizon. Sealing procedures were good exercise for the finger muscles. In restorative materials, amalgam was the norm, and silicates ruled the day; ionomers and composites were just around the corner while porcelain was waiting to be crowned king.

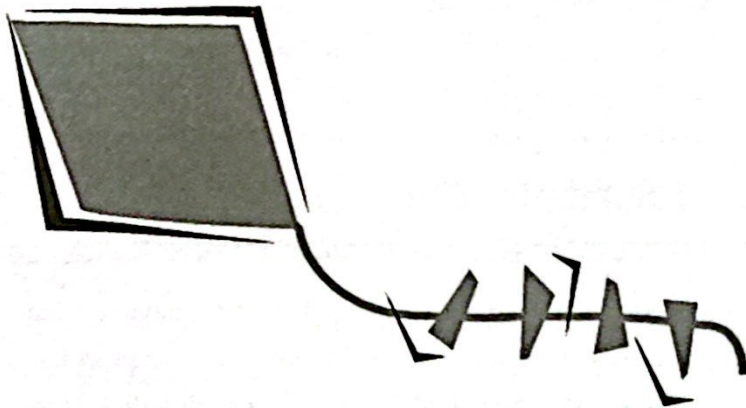
Dental student were closely knit family members respectful to their mentors. Now many of these gurus are dead and gone, but not forgotten, those that are living are paid due respects at annual Dental Conferences. In those days, a "late" friend was the one who was always unpunctual in class, now we look for a "late" friend in the obituary column.

Four decades have passed and the little Dental College had evolved into a gigantic University of Dental Medicine in Thingankyun township. Updated equipment and technology have replaced the outmoded ones. Latest materials and processes have made the former ones obsolete. Young professors now lecture the new generation of dental students often repeating the old jokes inherited from their predecessors. Time, place and people have changed, but the sweet memories of those students days will always linger in our hearts.

■

Htay Naing

Pyay



TEARS OF HAPPINESS

By Nyo Minn Ko (House Surgeon)

Ngu Wai and I grew up penned in the same yard, so our sibling rivalry did not last very long. Actually, we are not related by blood. I was adopted by her parents since I was 5 because my parents passed away due to an automobile accident in Bago. But, Ngu Wai's father and mother love me as their own son. In our childhood, we used to fight each other. By 5th standard we had stopped physically assaulting one another and reached a permanent truce. At that time her hair was long and flowing, brushed daily by her mother (also my mother) as Ngu Wai closed her eyes and counted each stroke. It always felt like cool satin when I yanked, her head jerking backward, mimicking the motion of my arm. In actuality, she was modest and so was I. I have not had any trouble from her since.

She is the red rose of the family and I am the green thorn. She has wide, almond-shaped eyes, light honey-color skin and even, velvet-smooth cheeks. Her nose is just slightly upturned, her lips rosebud-shaped, her chin small and delicate. Her hair still looks and feels the same now as in 5th standard. The vision, taken together, as a whole, is breathtaking. I marvel even now. In face, I have fallen in love with her.

Her parents have polished her until she shines. We both passed the 10th standard examination in 1996 and attended the Institute of Dental Medicine (Yangon) in 1999. Now we are the house Surgeons of IDM. She is very much interested in Oral and Maxillofacial Surgery. She got dis-

tinction in this subject in the final year exam. Her parents got stars in their eyes whenever they say about their daughter.

"Will she become an Oral and Maxillofacial Surgeon? Our relative ask. "It's possible," my father says, smiling happily. As for me, I also feel proud of her because I do love her. I did not let her know my love for her. I kept it in my heart. But I guess she knew my feeling. I have never tried to tell her. I don't dare to do and I shouldn't.

"She is friends with that young Chinese guy in her school. He's tall, distinguished looking, loyal and respectful to his parents, hard-working but generous. His parents came from Hong Kong and he was born in Tachilate. But he moved to Yangon with his family in 1990. His parents run a huge business in Singapore." My mother smiles modestly, then lowers her eyes.

"A possible son-in-law?" they ask.

She shrugs and sighs. "That is up to God."

Ngu Wai and Thuta became lovers since their 4th year at IDM. They sat together in the class, went together to the library and even studied together at our home, not with me.

Thuta did not get interested in dentistry, his target is to become a musician. He's also interested in music pretty much. He has 3 brothers. One is an engineer in the U.S. Another is a sport teacher in the International School, Yangon and the third one is a journalist in Taiwan. They write him once in a while or call him. Ngu Wai hasn't met any of them, but she knows them all and I do too.

Thuta also gets interested in writing. After he feverishly completes a story, Ngu Wai cooks him dinner. Afterward, she tucks him into bed and sits nearby in the wicker chair, legs drawn up and hugged tightly to her chest, to watch him while he sleeps. His soft, black curls rest against the white of the pillow, his

closed eyelids flutter minutely while he dreams, his breath whistles through the evenness of his teeth.

They always have a good time together, and he makes her laugh in many different ways, whenever they happen to be. He always gets close to finishing her off during a tennis set, but than she cries out that he has cheated and treated her unfairly and he has to start over again. He never wins. Sometimes they sing together, his clear tenor is matched with her crystalline soprano. Then they have tea.

I know all about Thuta. She won't stop talking about him. My heart hurts whenever I hear about them.

She knocked my room's door and woke me up this morning at 6 and said, "It's a bright, beautiful, Sunday morning. Let's go and have a picnic."

"No, no," I mumbled hazily in my sleep. "Take Thuta. Leave me alone."

"I don't want to take him. I want to spend quality time with you, my darling brother. Get up! Fried Rice on the table in five minutes and we're gonna leave in half an hour."

"Oh, my God," I groaned "I'm being punished for sins from past lives."

We arrived at the Jade Garden (Mya-kyun-tha) at 10, lugged our ample picnic basket heavily laden with fruits, candies, cookies, sandwiches and bottles of juice from our car, and walked into the lightly shaded garden.

I felt tired. When I opened the basket and took out a bottle of juice, she started to talk.

"Thuta kissed me last night."

"He what? What did you just say?" I asked.

"Er ... I kissed him back. It just happened, I guess. He invited me to dinner, promised to cook Chinese cuisine. My favorite." She plucked a blade of grass from its roots, twisted it back and forth, then she continued "When I got his splendid house he had set tiny blossoms in water dishes throughout the compound. It smelled wonderful. The food was delicious, everything so lovely, so calm. After dinner he led me into the living room.

"New song! It's for you." Then he played piano and started to sing. After the last note on the piano had stop to echo, he turned toward me and kissed me for a long long, time. I didn't know what I was doing. I just couldn't stop. I didn't breathe. When he let me go, I kept thinking of his hands and fingers, seeing them fly over the piano keys. I was shouting in my head, "Why can't his fingers be brown like me?" "Why are his parents very rich, why do they want him to marry only with Chinese girl? Those differences keep us apart. Then she cried.

I didn't know how to encourage her. I choked on my tears, swallowed, and cried quietly. After a while she grew calm, I couldn't keep my love in my heart my longer and said "I love you, Ngu Wai, I really loved you since I since I was a kid." Then she looked at my face. "I know, brother, I also love you. I would never hurt you for anything from now on. Throughout the five years at IDM, you have been so patient, so kind. You understand me. You are perfect enough, we both are Burmese and share the same past. My Mom and Dad will be pleased, I hope so. You will be my lifelong friend. You'll make a wonderful father. That's what a husband should be. Our kids will know the Burmese culture and customs."

The picnic basket remained quite full. She was not hungry and I was not either. It threatened to rain as we packed up to go home. On our way back home, we were silent. When we look at each other, we are both crying without noises.

Appreciation

I am very grateful to my American English teacher Mr. Larry Woodruff for checking some grammar mistakes. And I also want to thank all of my friends from the American Center (Burmese, Korean, Chinese, Vietnamese) who encourage me in writing this story.

Nyo Minn Ko



Digging the *Glove* Story of Johns Hopkins

Ko Ko Maw

I heard this story about the introduction of gloves in surgery about 20 years ago. The one who told me was a surgeon, but even at that time he told me, he couldn't tell who did it and when it was happened. Digging this story started with meeting Jinda at The Faculty of Public Health of The Mahidol University. That was 1997, she was studying dental therapist course and I was following the MPH, International Course.

Jinda wanted to practice English speaking with me, and sometimes to coach her studies. I also was desperately in need of a guide of all sorts to survive Bangkok. Overnight we became friends, and I listened her Thai stories, Thai cooking, what to do's and don'ts in Thailand. I told her about great dentists like Frederick Mc Kay's discovery of fluoride for preventing dental caries, Dr. Morton and discovery of anesthesia, G.V. Black... etc, etc.

Her great problem is that she is allergic to latex gloves and always complains to me about it. It reminded me of the story of the glove story that I had heard, and told her, perhaps someday I would go to library, searched for it, and will tell her if I could find out.

Unfortunately, I hadn't time to search at the library, and day after day I became more and more busy preparing for my exams and field studies. Weeks before I took exams, we arranged to meet again at the ice cream bar that we used to go in weekends. After some talks, Jinda told me that I owed her a story to tell.

"Ko Ko, don't you remember that, you said someday you will tell me about the glove story?"

I was a little reluctant to tell the truth that I forgot about what I had told to her.

"Jinda, ...to be honest, I didn't have time to search about that, but anyway I will tell you just what I'd heard about it, — so let start with this, the inventor was a surgeon and I found out it happened in Johns Hopkins Hospital of New York.... said, he is bright, innovative, and invented many surgical equipment and techniques,.....but what triggered this story is amour, it started after he fall in love with an attractive nurse at his hospital"

She smiled and said "Same-old-doctor- and nurse- story,.. right?"

"Be patient and let me continue, Jinda.... the surgeon wanted his special nurse to be with him every time he operates ...but she couldn't.

The problem was, she is allergic to carbolic acid, which they had to use all the time for cleaning their hands and scrubbing"

Jinda, shot me back with another question "Didn't she wear gloves?"

"My Lord! Jinda,....don't you realize that, I think that was centuries ago and surgical gloves were not available at that time, so they had to operate with bare hands"

Jinda, still couldn't believe this "Ko Ko, you, kidding?"

"No dear, at that time, the only way to control cross-infection, is to wash and scrub with carbolic acid compounds....since; Lister had discovered that for aseptic surgery"

"It's a pity, but anyway, she can do other jobs in the hospital and still they can have good time, any place, anywhere"

"Yes...normally, that should be the way.....but I think their romance was.....
a kind of secret"

Jinda giggles and said "Wow! Then, what goes on?"

"The surgeon thought about her problem for days and nights, then he thought he got the idea, went to a local glove maker, designed and ordered a pair of gloves, this time, specially to be made with latex rubber, that's for waterproofing, and thin enough to be able to use in surgery.....and finally gave his heartbeat and let her wore in operations"

"Bingo! So, didn't that work?"

"Absolutely! It did, and totally solved her problem,.... but more than that, you know the guy is very bright and observant,

later he advised all the assistants to wear gloves during operations and found out—the incidence of cross infection dropped more than that they were doing with bare hands.....

Well, let me conclude this....after many developments— now, we have the latex surgical gloves, and we are using everyday in our practice...

If the story is true, the surgical gloves were born from love, don't you think so?"

"That's good for them,.... and also good for patients..."

But, dear me, I still have problem with these gloves,... and every time I wear them- I get allergy"

I could only sooth her with a joke "Well, I'll pray for you dear, some day - a very special dentist or doctor could solve your problem"

After some talks and fruit tarts we left the ice cream bar.... the tune of Casablanca from the room faded into the noises of metropolitan Bangkok.

Weeks passed by, and on one evening, I received a letter and a xeroxed copy from Jinda.

Hi, Ko Ko

*It's a little ghost from Ayutthaya. You know, It's my native, and I'm now with my grandma
Sorry, I didn't have time to ring you before leaving Bangkok. My sister*

came and rushed me to see back my grandmother, who was then very ill and in bed.

By now, I do guess you will be busy, preparing- going back to your country

I am planning to attend a business management school, and after finishing that- to find a job that doesn't need to wear gloves.

You will be very annoyed with me-leaving dentistry,

Forgive me, I have other reasons also..

After I heard your story, I asked my teachers whether they know about the surgeon from your story and if the story you heard is true, ...none could give me exact answers. But, one of my teachers gave me the name of the person who had invented surgical equipment and techniques, and possibly surgical gloves.

He is William Halsted,

I went to our faculty library and searched about him in encyclopedias
Enclose a copy about him from the encyclopedia for you. You will be thrilled after seeing that.

I wish, one day, you should come and see the ruins and me.

Here, the air is cleaner than Bangkok... I bet you will love this.

P.S.

I miss the glove story and you

Jinda

■

dismantled in 1680. In 1658 the town passed with the rest of the Scanian province from Denmark to Sweden, and in the subsequent war it was several times occupied by the Danes and laid waste. After the battle of Hälsingborg (1710) it passed finally into Swedish hands. The abolition of the "Sound toll" in 1857 marked the beginning of the town's commercial prosperity.

(H. Bu.; To. M.)

HALSTED, WILLIAM STEWART (1852-1922), U.S. surgeon, who developed original operations for hernia, carcinoma of breast, goitre, intestinal and gall bladder diseases and aneurysms, was born in New York city on Sept. 23, 1852. He studied at Andover and Yale and took his medical degree from the College of Physicians and Surgeons, New York, in 1877, later studying in the European clinics of E. T. Kocher, Theodor Billroth, Richard von Volkmann and Ernst von Bergmann. Halsted was visiting surgeon at Bellevue, Presbyterian, New York and Roosevelt hospitals from 1880 to 1886. During this period he investigated the anesthetic properties of injected cocaine, to which in the course of his investigations he became addicted, recovering after two years of treatment. From 1886 to 1889 he worked in the laboratory of William H. Welch, and in 1890 was appointed professor of surgery at Johns Hopkins university, which position he held until his death on Sept. 7, 1922.

A surgical philosopher, Halsted established at Johns Hopkins the first school of surgery in the United States. He emphasized the concepts of complete hemostasis, absolute asepsis, gentleness in the handling of tissues and accurate reapproximation of divided tissues, concepts that are accepted as fundamental in all techniques of surgery. In 1890 he introduced the wearing of rubber gloves by all members of the surgical team during an operation. He was author of numerous surgical papers and of several monographs, published in two volumes in 1924 and reprinted in 1951.

(E.E. F. H.)

HALTEMPRICE, an urban district (1935) and parliamentary division of the East Riding of Yorkshire, Eng., on the Humber immediately west of Hull, for which it is a residential district. Pop. (1961) 42,388. It includes the old villages of Hessle, Anlaby, Cottingham, Kirk Ella, Willerby—all mentioned in Domesday—West Ella and Dunswell. Haltemprice (old French "high enterprize") was originally the name of an Augustinian canonry at

CLOVE

Daw Aye Aye Kyi Hla
(DEPARTMENT OF BOTANY)

EUGENOL is a versatile agent used in dentistry processing many good effects on painful teeth. Eugenol is an extract of clove.

Cloves (caryophyllum) are the dried flower buds of Syzygium aromaticum (Eugenia Caryophyllata), family myrtaceae, which is indigenous to the malacca or Clove Islands. Oil glands and present in young stems, leaves and flowers. Clove plant requires moist, warm and equable climate with well distributed rainfall. Clove can be collected every year from trees of 6 years old till the are 70 years old.

It is a handsome evergreen tree 15-20 meters high, stems cylindrical, woody, brown, smooth, aromatic. Leaves are simple, alternate, sometimes opposite and decussate, narrowly elliptical, 8.5 – 12.5 cm long and 4.0 – 5.0 cm. Wide, tips acute to acuminate, margins entire, bases acute to slightly obtuse, leaf blades gland dotted deep green above and yellowish green below:

It's inflorescence is dichasial cyme, peduncles angulated, long and consists of lower solid stalk like portion hypanthium and upper crown or cap. Hypanthium is subcuindical, slightly flatted and tapering below. It is 10 to 13 mm long, 4 mm. wide and 2 mm. thick with numerous oil glands. Inferior bilocular ovary is seen at its upper part.

It consists of calyx, corolla, stamens and style. Calyx consists of four, gland dotted. Corolla is dome-shaped and is made up of four pale yellow coloured, membranous petals and is also called head, crown, cap or dome. Numerous incurved stamens are enclosed in the crown. Gynoecium

consists of inferior bilocular ovary containing numerous ovules with axile placentation. A single erect, firm style reaching nearly up to corolla is seen

Odour is strong, spicy and aromatic. Taste is pungent and also aromatic. Clove when indented with finger nail exudes volatile oil and when put into freshly boiled and cooled water it sinks. In clove, volatile oil contains about 85 - 90 % eugenol, 3 % acetyl eugenol and sesquiterpene, alpha and beta caryophyllenes, aregentinian. Other constituents are gum, resin, vanillin and pinene.

Clove is used as an antiseptic, aromatic stimulant, antispasmodic, carminative, flavoring agent, toothache, dental preparations and in mouth-washes. Clove oil and zinc oxide are used in temporary filling of dental cavities. Eugenol is the largest and most important component of the volatile oil. It is strongly anaesthetic and antiseptic, and therefore useful in pain relief for toothache.

Daw Aye Aye Kyi Hla



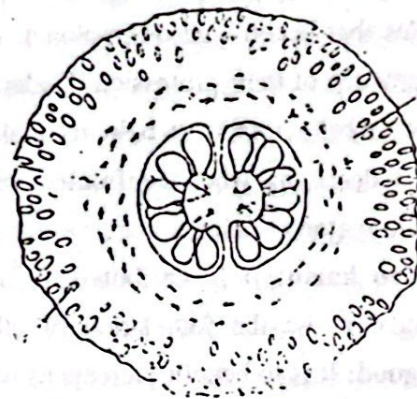
HABIT



CLOVE AS SEEN



**LONGITUDINAL SECTION OF
CLOVE**



**TRANSVERSE SECTION
OF HYPANTHIUM THROUGH OVARY**

REFERENCES

1. CHATTERJEE, A & S.C Pakrashi, THE TREATISE ON INDIAN MEDICINAL PLANTS, 1994, Publications Information Directorate, New Delhi.
2. MINISTRY OF HEALTH, Department of Traditional Medicine, Community Used Heabal Plants Vol 1, 1997.
3. MINISTRY OF HEALTH, Department of Traditional Medicine, Community, Used Herbal Plants Vol 2, 1998.
4. TREASE, GE & W.C EVANS, PHARMACOGNOSY, 1983, Bailliere Tindall, London. ■

Do as you would be done by Ethics

"In a world where you can be anything, be a man of principle."

Medical profession is always regarded as the noblest of professions. Why?. It is the ethics that make us noble. Ethical behavior is necessary to maintain the standing of the profession in the eyes of the public. It should apply in all aspects of professional life.

Our profession has the responsibility to society. Society has conferred upon the professions a special status with unique rights and privileges. It is society belief that professionals place the welfare, which helps support the independence of the profession in a society. This covenant with society requires professionals to practice in an ethical manner.

Ethics is defined as the part of physiology that deals with moral conduct and judgment. There are several principles that health care professionals must be aware of in the practice of their profession. Understanding the basis for certain behaviors may help us make more carefully reasoned decisions when confronted with ethical dilemmas. The major principles are:

To do no harm: It is attributed to Hippocrates and is considered to be the foundation of ethics.

To do good: It is to benefit patients as well as not to inflict harm.

Autonomy: This principle dictates that professionals must respect the patient's right to make decisions concerning the treatments. Patients should not be bystanders in their treatment.

Justice: It is described as fairness or equal treatment.

Truthfulness: Lying fails to show respect for persons and their autonomy, violates explicit agreements and threatens relationships based on trust.

Confidentiality: Patients have the right to expect that all information pertaining to their care will be treated as confidential. Professional confidentiality should be ob-

served except where to without information could be acting against the public interest.

Each and every doctor should be mindful of the high character of his or her mission and the responsibilities he or she holds. We should treat the welfare of the patient as paramount to all other considerations and should conserve it to the utmost of our ability. We should be courteous, sympathetic, friendly and helpful to and always ready to the call of our patients, and should be polite and dignified. They are unwritten law of our profession.

In my point of view, a doctor requires not only technical skill. Our profession is a complex discipline that includes many factors. Skill is the technical portion of the total requirement and accounts for less than one third of a doctor's ability. To be excellent, a doctor must be technically skilled but must also have strong components of humanism, kindness, and compassion. It is important that we have a great deal of insight into the patients concerns. This humanistic approach will be the most important factor in the patients' judgement.

The moral principles laid down by Hippocrates (460-377 BC) of Cos are still held in high esteem. Probably

sworn by those admitted to the Cos school, it demonstrates that graduates saw themselves as servants to the sick. Hippocratic collection embodied a code of principles has been handed down in various versions through generations. One version of it goes like this "I will keep pure and holy both my life and my art. I will enter to help the sick, and I will abstain from all intentional wrongdoing and harm."

Although the Hippocratic Oath has largely been superseded by such modern oaths as the Declaration of Geneva, the International Code of Medical Ethics and the canons of the AMA, these codes of conduct retain the brevity and generality of the Hippocratic Oath. The International Code of Medical Ethics by the World Medical Association provides in part for the following.

"A doctor must always maintain the highest standard of professional conduct.

A doctor must always bear in mind the obligation of preserving human life."

All professional organizations have a published code to which numbers of the profession are expected to adhere. These codes have been developed over long periods of

time, they reflect the customs and beliefs of current members of the profession and provide a historic link with the past.

In 1995, ADA council on Ethical, Bylaws and Judicial Affairs issued the following statement '..dentists are reminded that contract obligations do not excuse them from their ethical duty to put the patient's welfare first." British Medical Journal in which the authors professed their beliefs that "...in an age when technological advancement has inevitably amplified the potential risk to patients, the Hippocratic ideals are more important than ever and remain the cornerstones of ethics in modern medicine ..."

One of the implications of Oath is that doing no harm alone is not sufficient. We should take active measures to ensure safety of the individual patient and promote health of the human race in general. A clever and skilled doctor can be dangerous to the society if he or she is bereft of ethics. Actually a doctor's duty is not only to relieve pain and just to cure the disease but also to improve patient's quality of life. However, let us be content is we, doctors, abide by our Oath by just doing no harm to the patient. If we keep in our heart that it is the compassion combined with wisdom and skill that make the medical profession and we will never be obsolete as long as humanity reigns.

■
S. Naw Kham

Ref:

1. *BritMedJ* 2002, 31 August
2. *MyanMedJ* vol. 46 (1-4) 2002
3. *Textbook of PCD* by J. John, 1st edition, 2003
4. *Oxford handbook of clinical dentistry*, 3rd edition, 1999
5. *Contemporary OMFS*, 3rd edition, 1998

CROSSWORD PUZZLE

Created by Ko Nyo

Hi buddies!

I think you guys are exhausted by studying. Right now, its time to have fun and refresh our brains. Think and try to get correct answers. I don't want you to look at the keys first. Keys are somewhere in the magazine. OK, let's get started!



ACROSS

1. A kind of African ape
6. Buket
10. Person who loses
11. Below
12. Not at!
13. Finish
15. Boy or youth
16. Not strong
18. Sugar is ____ into tea.
20. Small bite
23. He failed the test very ____ .
25. You should study ____ day.
27. Reddish brown surface formed on iron
28. Ability to do something easily
29. Years after birth of Christ
30. White precious stones with colors in them which are used in brooch, necklace

33. Money given to waiter in the restaurant
35. Far distant in space
37. Stomach is an digestive ____ of body.
39. Act of putting artificial curts into hair
41. Paints containing oil
42. I ____ into my old friend today.

DOWN

1. Sharp nail on a bird's toe
2. Hollow space in the ground
3. Pieces of land surrounded by water
4. I - ____ - my - mine
5. TMJ is situated at ____ auricular region
6. Small amount of water lying in a hollow place in the ground
7. Article that is used in front of the words which start with vowels
8. Lazy
9. Persons who lead
14. Catch or get hold of something
17. Short skirt worn by Scotsmen
19. Become mor advanced
21. Don't sit beside (or) ____ me.
22. Substance used to color cloth
23. Child with bad manners
24. Concerned with sound or hearing
26. Christian holy day in memory of Christ's death
30. ____ cancer ranks 5th in Myanmar
31. Instruments used in writing with ink
32. 8 o'clock in the morning can be written as 8 ____ .
34. Short form of professional
36. Period of historical time
38. Abbreviation for Gastrointestinal
40. 13th and 14th letters of the English alphabet



Alaxan[®]

Relieves muscle & joint pains, arthritis
and rheumatism... fast and safe!

Full prescribing information available on request Tel: (95-1) 538 086



Serving Your Healthcare Needs